Premiaţi cu Oscar,

dar pentru filmul... greşit

Nemulţumirile cinefililor faţă de preferinţele criticilor de specialitate din cadrul Academiei Americane de Film, instituţia care decernează Oscarurile, se manifestă în fiecare an.

Dincolo de subiectivismul inerent, până şi unii critici recunosc că cinefilii au de multe ori dreptate. Poate şi de aceea ei simt nevoia ca adesea, după ce au nedreptăţit un actor sau un regizor, văduvindu-l de un Oscar meritat, să-l „împace" peste ani, oferindu-i premiu pentru o prestaţie nu la fel de merituoasă. Exemplele de mai jos sunt, credem, cât se poate de concludente.

Al Pacino

Filmul pentru care a primit Oscarul: *„Parfum de femeie"*

Filmul pentru care ar fi trebuit să primească Oscarul: *„Naşul"*

Chiar dacă „Parfum de femeie" este o dramă remarcabilă, iar Al Pacino face un rol excepţional, întruchipând un bătrân militar care îi predă mult mai tânărului său ucenic lecţii de curaj şi demnitate, astăzi majoritatea criticilor sunt de acord că actorul ar fi meritat mult mai mult Oscarul pentru rolul jucat în oricare dintre cele trei filme „Naşul".

Martin Scorsese

Filmul pentru care a primit Oscarul: *„Cârtiţa"*

Filmul pentru care ar fi trebuit să primească Oscarul: *„Taurul furios", „Băieţi buni", „Casino", „Şoferul de taxi", „Culoarea banilor"*

Aproape o instituţie în sine a cinematografiei americane, Scorsese a fost probabil cel mai nedreptăţit regizor din istoria celei de-a şaptea arte. Toate filmele menţionate au pierdut, acceptă astăzi criticii, în mod nedrept, Oscarul, deşi au fost nominalizate. În cazul lui Scorsese, poate mai mult ca în al oricărui alt actor, premiul pentru „Cârtiţa" a fost mai curând unul de consolare.

Paul Newman

Filmul pentru care a primit Oscarul: *„Culoarea banilor"*

Filmul pentru care ar fi trebuit să primească Oscarul: *„Escrocul", „Pisica pe acoperişul fierbinte", „Butch Cassidy", „Cacealmaua"*

În ciuda performanţei remarcabile din „Escrocul", Paul Newman a fost ignorat de critici – Oscarul pentru cel mai bun actor revenindu-i în acel an (1962) lui Maximillian Schell, pentru rolul din „Procesul de la Nürnberg". Un sfert de veac mai târziu, lui Newman i se va face dreptate, el cucerind premiul pentru acelaşi rol – Eddie Felson – din „Escrocul", dar interpretat în filmul „Culoarea banilor".

Jack Nicholson

Filmul pentru care a primit Oscarul: *„Mai bine nu se poate"*

Filmul pentru care ar fi trebuit să primească Oscarul: *„Chinatown", „Strălucirea"*

Cu siguranţă, Jack Nicholson a fost excelent în siropoasa comedie „Mai bine nu se poate". Dar prestaţia lui păleşte pe lângă cele din „Chinatown" şi, mai ales, „Strălucirea" – în primul film menţionat el este practic prezent în fiecare scenă, iar în cel de-al doilea interpretează într-un mod de-a dreptul terifiant rolul scriitorului stăpânit de demoni.

Denzel Washington

Filmul pentru care a primit Oscarul: *„Zi de instrucţie"*

Filmul pentru care ar fi trebuit să primească Oscarul: *„Malcolm X"*

Oscarul pentru Denzel Washington a venit într-un moment în care chipeşul actor se specializase deja în personaje respectabile, inteligente şi etice, pe scurt, în „băieţi buni". Dar poate că mult mai nimerit ar fi fost să i se decerneze premiul cu 25 de ani în urmă, pentru magnifica portretizare a controversatului „Malcolm X" din filmul omonim.

Susan Sarandon

Filmul pentru care a primit Oscarul: *„Culoarul morţii"*

Filmul pentru care ar fi trebuit să primească Oscarul: *„Thelma şi Louise"*

Fără îndoială, „Culoarul morţii" este un film incredibil, dar „Thelma şi Louise" ar fi fost un prilej mult mai bun pentru ca Susan Sarandon să primească Oscarul. La vremea lui însă, filmul a fost considerat „prea îndrăzneţ" şi, deşi atât Sarandon, cât şi partenera ei, Geena Davis, au fost nominalizate la Oscar, ele nu au câştigat.

Pagină realizată de

GABRIEL TUDOR

PORTRET

Radu Afrim

Născut pe 2 iunie 1968, la Beclean, în Bistriţa-Năsăud, Radu Afrim este unul dintre cei mai talentaţi şi mai sofisticaţi regizori de teatru europeni, dar şi unul dintre cei mai controversaţi regizori români.

Absolvent al facultăţilor de Litere (1995) şi de Teatru (2000) la Universitatea Babeş-Bolyai din Cluj Napoca, Radu Afrim s-a făcut îndrăgit de publicul tânăr pentru stilul său colorat, original, nonconformist şi provocator, care zguduie tradiţiile dramatice. Radu Afrim a fost director al Galei Tânărului Actor (Gala HOP) în perioada 2013-2015. Printre spectacolele montate de Radu Afrim, se numără: „No Mom's Land", la Teatrul Luni din Bucureşti, „De ce fierbe copilul în mămăligă", la Teatrul Odeon din Bucureşti, „Femeia mării" şi „Măcelăria lui Iov", la Teatrul Naţional „Vasile Alecsandri" din Iaşi, „Inimi cicatrizate", la Teatrul de Stat Constanţa, şi „Jocul de-a vacanţa (Opţiune 9)", la Teatrul Municipal Baia Mare.

El a reuşit să aducă „underground-ul" la Teatrul Naţional din Bucureşti. După ce a pus în scenă aici „Avalanşa", de Tuncer Cücenoğlu, „Năpasta", de Ion Luca Caragiale şi „Hoţii", de Dea Loher, Afrim a revenit în 2015 cu „Între noi totul e bine", de Dorota Masłowska – o reprezentaţie apreciată de public şi de criticii de teatru.

O nouă reprezentaţie bazată pe romanul lui Liviu Rebreanu „Pădurea Spânzuraţilor", cu scenariul scris chiar de regizor, a avut premiera în decembrie 2018, pentru a marca Marele Centenar al Unirii Românilor. Acest spectacol remarcabil a primit multiple nominalizări la Gala Premiilor UNITER 2019 şi un premiu pentru cea mai bună actriţă în rol secundar.

Regizorul continuă seria de scenarii surprinzătoare la Teatrul Naţional Bucureşti cu „Trei surori", o piesă reimaginată pentru publicul mai tânăr, cu un scenariu liber după Cehov (2019).

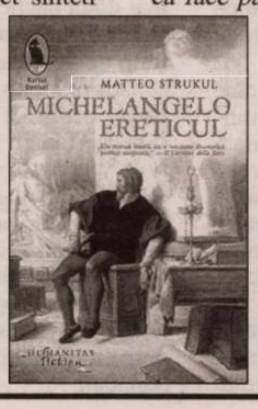
Colţul cu litere

Michelangelo, ereticul

Recent, la editura Humanitas Fiction, în colecţia Raftul Denisei, a apărut romanul lui Matteo Strukul cu titlul „Michelangelo, ereticul", în traducerea şi notele Gabrielei Lungu.

Este o carte care amestecă adevărul istoric cu ficţiunea literară, care îl aduce în prim-plan pe Michelangelo Buonarroti, figură centrală a Renaşterii italiene, „într-un moment de tensiune cu Biserica şi ne oferă imaginea fascinantă a unui oraş – Roma – şi a unei lumi pline de conspiraţii şi trădări, dar şi de prietenie profundă şi iubire".

Din descrierea editurii aflăm că „Michelangelo, ereticul" este povestea unei scurte perioade (1542-1547) din viaţa genialului artist, când, graţie şi prieteniei cu Vittoria Colonna, cunoscută poetă a Renaşterii italiene, aderă la grupul Spiritualilor, care-şi propunea o schimbare în sânul Bisericii Catolice tot mai corupte. Spiritualii intră însă în vizorul Inchiziţiei, şi doar prestigiul imens îl salvează pe Michelangelo de la a fi declarat eretic şi tratat ca atare. Toate frământările sale legate de o Biserică de care era tot mai dezamăgit sunt perfect sintetizate în opera descrisă de el ca „tragedia" vieţii sale, monumentul funerar al Papei Iulius al II-lea din biserica San Pietro in Vincoli, având drept figură centrală statuia lui Moise. Nemulţumit de faptul că Moise, aşa cum îl sculptase, priveşte spre altar, Michelangelo reuşeşte în doar două zile să modifice traiectoria privirii profetului, întorcându-i capul spre lumina ferestrei".



Şi pentru un *flavor* de stil literar al autorului, iată primele rânduri din debutul romanului: *În timp ce zăpada continua să cadă, simţi cum îl cuprinde melancolia, invadându-i pieptul ca şi cum ar fi fost un foc lichid, imposibil de stins. Ştia perfect că face parte din mareea aceea crescândă, gata să corupă orice în oraş, care îşi lua numele de Biserică. Iar el era arma cea mai eficientă şi subtilă, în stare să ia privirea săracilor şi a celor marginalizaţi, distrând-o, înceţoşând-o prin măreţia operelor sale atât de dorite. Bolta Capelei Sixtine, Judecata de Apoi, Pietà, aflată la Vatican, ştiau să încânte şi să cucerească, şi tocmai de asta ascundeau în splendoarea lor adevărata esenţă a puterii şi a dominaţiei.*

Era un iluzionist şi nimic altceva, primea bani de la papi şi-şi punea arta în serviciul lor. Slăvea puterea amplificându-i astfel ecoul. În timp ce privea zăpada căzând pe acoperişurile murdare, înţelese că succesul sculpturilor sale, al frescelor, al înseşi vieţii sale nu era altceva decât o crimă, umbra neagră a unui rău pe care-l hrănea el însuşi.

Şi îi fu ruşine.

Pentru că autorul este mai puţin cunoscut la noi, câteva date bio-bibliografice: Matteo Strukul s-a născut pe 8 septembrie 1973, la Padova. Trăieşte în mai multe locuri, împărţindu-şi timpul între Padova, Berlin şi Transilvania. Romancier, autor de proză scurtă şi eseist, scenarist, autor de benzi desenate (a publicat în 2019 primele două volume dintr-o trilogie despre Vlad Tepeş), traducător, jurnalist şi profesor de scriere creativă.

I-au apărut până în prezent 14 romane, proze scurte, două biografii muzicale şi romane grafice. Romanele sale istorice sunt bestselleruri în Italia, fiind traduse în 20 de limbi. În 2017 a primit prestigiosul premiu Bancarella pentru primul roman din tetralogia *I Medici*, ale cărei volume (*Una dinastia al potere, Un uomo al potere, Una regina al potere, Decadenza di una famiglia*) au apărut în perioada 2016–2017. În 2018, Matteo Strukul a publicat două romane istorice: *Giacomo Casanova. Sonata inimilor frânte* (Giacomo Casanova. La sonata dei cuori infranti; Humanitas Fiction, 2019), distins cu Premiul Emilio Salgari, şi *Michelangelo ereticul* (Inquisizione Michelangelo; Humanitas Fiction, 2021), fiecare ajungând în vârful topurilor de vânzări din Italia.

GEORGE CUŞNARENCU

Riscuri majore ale inactivităţii

Noţiunea de „boală a şederii" a apărut în anii 1950. Cercetătorii au descoperit că şoferii de autobuz, care stau aşezaţi în majoritatea orelor de serviciu, erau de două ori mai predispuşi să sufere un atac de cord decât colegii lor funcţionari; aceştia, în schimb, mergeau pe jos destul de mult.

Fiinţele umane sunt concepute să se mişte, dar progresele tehnologice în creştere au creat o serie de probleme pe care nu le-am fi putut prezice. Inventarea unor obiecte precum maşinile de spălat, automobilele şi computerele au afectat cu siguranţă activitatea fizică, chiar dacă au uşurat considerabil viaţa de zi cu zi, dar acceleraţia pură a evoluţiilor din ultimele decenii s-a adăugat cu adevărat la impactul negativ al aşezării şi conducerii unor stiluri de viaţă mai sedentare.

De exemplu, în loc să întâlnim fizic persoane, telecomunicaţiile fac ca rareori să părăsim obligaţi casele noastre. În loc să ne aprovizionăm cu alimente, avem la dispoziţie servicii capabile să livreze direct la uşa noastră.

Schimbarea se vede clar şi, din păcate, nu este una favorabilă sănătăţii. Petrecem mai mult timp în interior, ne mişcăm mai puţin şi, în cele din urmă, stăm efectiv mai mult.

Care sunt riscurile bolii pe termen lung?

O serie întreagă de boli, dar şi o legătură certă cu moartea prematură. Statul aşezat prea mult timp încetineşte metabolismul, ceea ce duce la obezitate, creşterea nivelului de zahăr, a tensiunii arteriale şi niveluri anormale de colesterol. Individual şi colectiv, aceste probleme pot contribui la boli de inimă, cancer de sân, cancer de colon şi diabet de tip 2. Având aceste boli se reduce nivelul de activitate şi se agravează riscul de a dezvolta boli suplimentare.

Postura aşezat la birou, şofatul, servitul mesei sau privitul la televizor – activităţi pasive cotidiene – însumează în mod constant multe ore. Se estimează că a sta aşezat mai mult de 6 ore pe zi are un impact negativ semnificativ asupra sănătăţii noastre. Cercetări efectuate în Anglia în ultimii zece ani au arătat că 30% dintre adulţi petreceau astfel, până în 2020, minimum 6 ore pe zi în timpul săptămânii şi chiar 37% în weekend.

Mai grav – în ultimul an durata a crescut la aproape 9 ore pe zi! Specialiştii în medicina familiei şi a muncii au ajuns la concluzia că eliminarea comportamentelor sedentare ar duce la prevenirea a 7,5% cazuri de cancer pulmonar, 9% din cazurile de cancer de colon, 17% din cazurile de diabet de tip 2 şi 5% din cazurile de boli ale inimii.

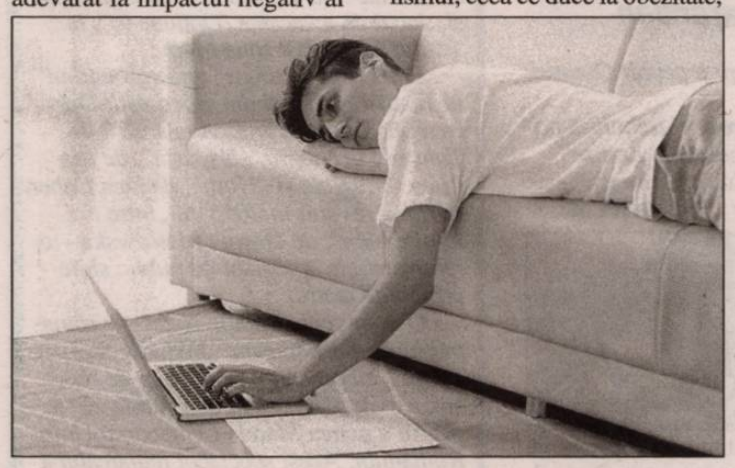
Există însă şi semne conexe de care trebuie să avem grijă: energie (vitalitate) redusă, creştere în greutate, somn redus şi neodihnitor, concentrare şi memorie slabă, productivitate redusă, dispoziţie mai scăzută şi postură mai proastă.

Ce putem face pentru a combate afecţiunile cauzate de şederea excesivă?

Important este mai întâi să ştim că efectele nu sunt ireversibile. Medicii recomandă exerciţii fizice timp de cel puţin 150 de minute pe săptămână, ceea ce echivalează cu aproximativ 20 de minute de exerciţii moderate pe zi.

Totuşi, respectând durata recomandată şi stând mai mult de 6 ore pe zi presupune în continuare riscul de a dezvolta boli asociate. Prin urmare, este foarte importantă limitarea strictă a timpului petrecut şezând.

Pentru aceasta, acasă sau la locul de muncă: ● rămânem în picioare când utilizăm computerul; ● la fel, în timp ce vorbim la telefon; ● facem mişcare în timp ce privim la televizor; ● folosim un birou permanent pentru activităţile obişnuite; ● facem o pauză de 1-2 minute la fiecare 30 de minute de lucru, pentru corectarea posturii, îmbunătăţirea circulaţiei sângelui şi creşterea metabolismului.



Tulburările din spectrul autist

TSA reprezintă un grup de tulburări complexe ale dezvoltării creierului, termenul acoperind afecţiuni precum autismul şi sindromul Asperger. Aceste tulburări se caracterizează prin dificultăţi în interacţiunea şi comunicarea socială şi un repertoriu restrâns şi repetitiv de interese şi activităţi.

Se estimează că, în medie, un copil din 160 are o TSA. Nivelul funcţionării intelectuale este extrem de variabil la aceste persoane, variind de la afectarea profundă la abilităţile cognitive non-verbale superioare, iar aproximativ 50% suferă şi de o dizabilitate intelectuală.

Identificarea unei TSA este dificilă înainte de vârsta de 12 luni, dar diagnosticul este în general posibil până la 2 ani. Trăsăturile caracteristice ale debutului includ întârzierea dezvoltării sau regresia temporară în limbaj şi abilităţi sociale şi modele de comportament stereotipe repetitive. Părinţii au un rol esenţial în a oferi sprijin copilului cu TSA. Ei pot asigura accesul la servicii de sănătate şi educaţie şi pot oferi medii stimulative pe măsură ce copilul lor creşte. De asemenea, părinţii se pot orienta spre tratamente psihosociale şi comportamentale pentru propriii lor copii.

Referitor la anumite temeri (date eronate ce sugerau o relaţie cauză-efect), datele epidemiologice arată că nu există dovezi ale unei legături între vaccinul împotriva rujeolei-oreionului-rubeolei (MMR) şi tulburările din spectrul autismului.

De asemenea, nu există dovezi că orice alt vaccin din copilărie poate creşte riscul tulburărilor din spectrul autist. În plus, analizele probelor comandate de OMS au concluzionat că nu există nicio asociere între utilizarea conservanţilor vaccinului şi spectrul autismului.

Analize pulmonare la vârste mai mici

Scanarea anuală a cancerului pulmonar este recomandată persoanelor cu vârsta peste 50 de ani cu istoric mai scurt de fumat. În Statele Unite, această maladie constituie principala cauză a deceselor provocate de cancer, iar scopul screeningului extins este de a o găsi suficient de devreme pentru a o vindeca la mai mulţi pacienţi cu risc crescut din cauza fumatului. La aceşti indivizi, scanările CT (computer tomograf) anuale pot reduce riscul de deces cauzat de cancer cu 20-25%.

Noile recomandări includ persoanele cu vârste cuprinse între 50 şi 80 de ani care au fumat cel puţin un pachet pe zi timp de 20 de ani sau mai mult şi care fumează în continuare ori au renunţat în ultimii 15 ani. Sfatul reduce vârsta la care ar trebui să înceapă screeningul, la 50 de ani (de la 55) şi reduce istoricul fumatului la 20 ani (de la 30, cât era până acum).

Utilizarea radiografiei toracice pentru a detecta cancerul pulmonar a fost în principiu abandonată cu zeci de ani în urmă, deoarece acestea nu au putut găsi boala suficient de devreme pentru a fi utile. Scanările CT se fac cu doze mici, adică implică o cantitate relativ mică de radiaţii.

Pacienţii sunt sfătuiţi să oprească screeningul după ce nu fumează timp de 15 ani sau dacă dezvoltă probleme de sănătate care le-ar scurta în mod substanţial speranţa de viaţă ori îi vor face să nu poată fi operaţi la plămâni, dacă este necesar. Indicii de reper arată că persoanele cu un istoric de 20 de „ani-pachet" ar trebui să fie examinate.

Un „an-pachet" înseamnă fumatul unui pachet de 20 de ţigări pe zi timp de un an – sau două pachete pe zi timp de jumătate de an sau jumătate de pachet pe zi timp de doi ani. Deci, 20 de ani-pachet ar include persoanele care au fumat două pachete pe zi timp de 10 ani sau jumătate de pachet pe zi timp de 40 de ani.

Aproximativ 75-85% din cancerele depistate cu acest screening sunt în stadiul 1 şi se pot vindeca prin intervenţii chirurgicale sau radiaţii. La nivel global, în ultimul an de măsurători au existat 2,09 milioane de cazuri noi de cancer pulmonar, boala fiind principala cauză a deceselor provocate de cancer, ucigând 1,76 milioane de persoane, potrivit Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Tratament pentru mamă, sănătate pentru prunc

Ajutorul psihiatric pentru mamele cu depresie postpartum are ca rezultat schimbări sănătoase în creierul copiilor lor. Un studiu în acest sens a constatat că tratarea femeilor care au avut depresie postpartum cu terapie cognitiv-comportamentală (TCC) nu numai că a ajutat proaspetele mame, ci a avut drept rezultat şi modificări adaptive ale creierului şi ale comportamentului copiilor lor.

Mai precis, după tratarea mamelor, sugarii acestora au prezentat modificări sănătoase în sistemul nervos şi cardiovascular şi s-a observat că îşi reglează mai bine comportamentele şi emoţiile atât faţă de mame, cât şi faţă de taţi. De fapt, după ce mamele au fost tratate, activitatea creierului copiilor lor

s-a normalizat la nivelurile observate la sugarii sănătoşi.

Copiii femeilor cu depresie postpartum au modificări în funcţionarea creierului, ceea ce face mai probabil ca aceştia să dezvolte probleme emoţionale şi comportamentale mai târziu în viaţă. Cu toate acestea, până de curând nu se ştia dacă tratarea depresiei postpartum a mamei ar putea inversa aceste modificări.

Respectivul studiu arată că terapia cognitiv-comportamentală, un tratament care este scurt, rentabil şi preferat de femei, ar putea reduce transmiterea între generaţii a riscului, de la mamă la copil. În cadrul studiului, 40 de sugari (fete şi băieţi) născuţi de femei diagnosticate cu depresie postpartum au fost comparaţi cu alţi 40 de sugari, însă ai unor mame fără depresie, majore şi fără a se ţine cont de statutul socioeconomic.

Mamele cu depresie postpartum au urmat nouă săptămâni TCC de grup. Copiii au fost testaţi cu toţii înainte de tratament şi nouă săptămâni mai târziu, inclusiv printr-un chestionar privind comportamentul, completat de ambii părinţi.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Medicina energo-informațională ne propune restaurarea microbiomului intestinal

Bacteriile din intestine joacă un rol esențial în digestie, dar și în imunologie. Microcosmosul intestinal este oglinda macrocosmosului-om. Importanța acestor mici vietăți iese în evidență atunci când sunt probleme pe sistemul gastric.

Refacerea microbiomului intestinal cu metodele oferite de medicina clasică s-a dovedit ineficientă, deoarece lipsește fiziologia anaerobă. Stimularea microbiomului cu metodele oferite de complexul rezonanței deschide posibilități noi și eficiente în tratamente.

În ultimii ani înțelegerea sistemului de funcționare a intestinelor a câștigat tot mai multă atenție. În medicina integrativă sănătatea intestinelor are cea mai mare prioritate. Dacă intestinele sunt sănătoase, adică în echilibru energetic și omul este sănătos.

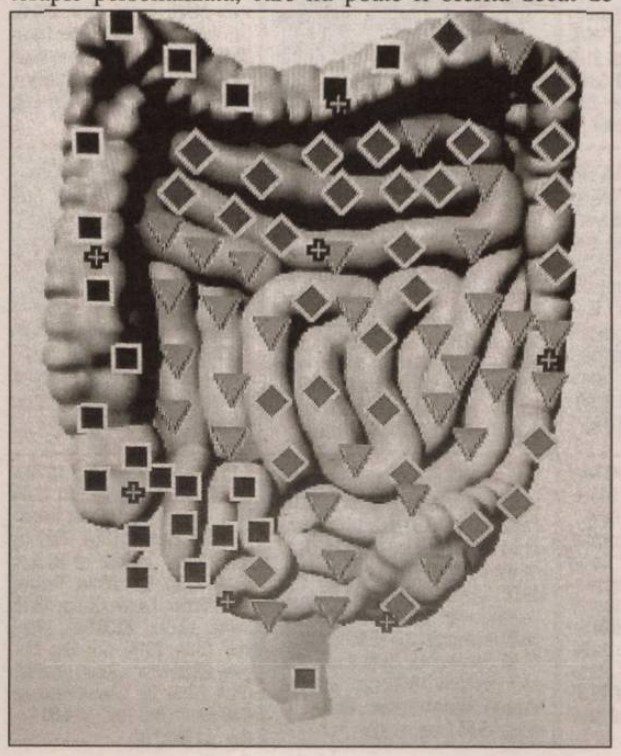
Flora intestinală (microbiomul intestinal) este formată din bilioane de microorganisme. Simbioza dintre om și bacterii este esențială pentru o viață sănătoasă. Importanța biomului intestinal a fost în ultimii ani extrem de neglijată. Acum se recuperează și restabilește importanța acestui „organ". Microbiomul intestinal influențează nu numai digestia, ci stimulează și sistemul imunitar.

O mare parte a populației globului suferă de inflamații cronice ca: artrita reumatoidă, psoriazis sau boli ale tractului gastrointestinal (mucoasa intestinală inflamată). Bolile infecțioase duc la modificări masive ale florei intestinale. Fenomen numit disbioză.

Microbiomul intestinal influențează și tensiunea arterială. Se produc modificări în metabolismul steroidelor. Mai nou se discută despre o posibilă influență a steroidelor, ca și cauză a hipertoniei.

Cea mai mică unitate în procesele biochimice ale corpului este metabolismul celular. Celulele îmbracă prin țesut organele corpului. O dereglare la acest nivel este punctul de intrare al tuturor simptomelor și îmbolnăvirilor din organism. Cauzele unui metabolism dereglat la nivel celular pot fi:

- o alimentație necorespunzătoare (prea mult, prea des, prea repede și cu prea multe calorii). Metabolismul celular la nivel individual are și o predispoziție genetică. Anumite alimente nu le poate prelucra. Aici se impune o terapie personalizată, care nu poate fi oferită decât de medicina energo-informațională, care se conectează la informația energetică a pacientului aflat în terapie. Se pune în mișcare informația ce trebuie transmisă de la celulă la celulă, fără chimie, fără medicamente, fără durere.
- stres permanent și suprasolicitarea unui sistem al corpului. Aici se impune o autoreglare și readucere a informației energetice a corpului în balanța energetică din care a ieșit.
- lipsa de mișcare și mediul înconjurător tot mai poluat, administrarea de multe medicamente de sinteză.



Toate cele menționate duc la creșterea insulinei în sânge și reduc rezistența barierei intestinale, cu efect inflamatoriu asupra mucoaselor.

Intoleranțele alimentare (glutenul și lactoza), mai ales la persoanele trecute de 55 de ani, au o contribuție masivă la dereglarea metabolismului celular.

Am prezentat numai câteva aspecte care privesc o mare majoritate a pacienților cu care ne întâlnim zilnic, dar este și un semnal de alarmă către întreaga populație.

Perioada pandemiei care a cuprins întreaga planetă ne-a pus în vedere cât de expus este omul zilelor noastre și cât de nepregătit pentru asemenea catastrofe. Ne-a pus în vedere o planetă chimizată, cu terapii care nu mai corespund omului de astăzi, timpului nostru.

Fizica cuantică este cea care stă la baza tratamentelor oferite de medicina energo-informațională. O fizică adecvată timpului și care stă la baza tuturor studiilor de neurobiologie și va trebui să înlocuiască fizica mecanică, statică, care stă încă la baza studiului în medicină.

Omul de astăzi are nevoie de terapii actualizate și personalizate. Aceste terapii sunt posibile numai cu tratamentele oferite de medicina energo-informațională prin aparatele care au la bază fizica cuantică.

O diagnosticare energetică însoțită de un buletin de analize energetic, care durează aproximativ 45 de minute, pune în evidență blocajele energetice ale corpului și organele care sunt deja afectate de aceste blocaje.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informațională, membră a Societății Naturiștilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

PUBLICITATE

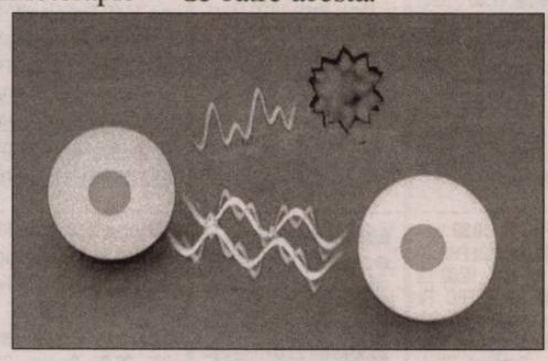
Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunității înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecțiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar și copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intrușilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acțiune când un „intrus" a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit și a fost memorat de către acesta.



TERAPIA 4W
– zidurile de apărare a imunității înnăscute!

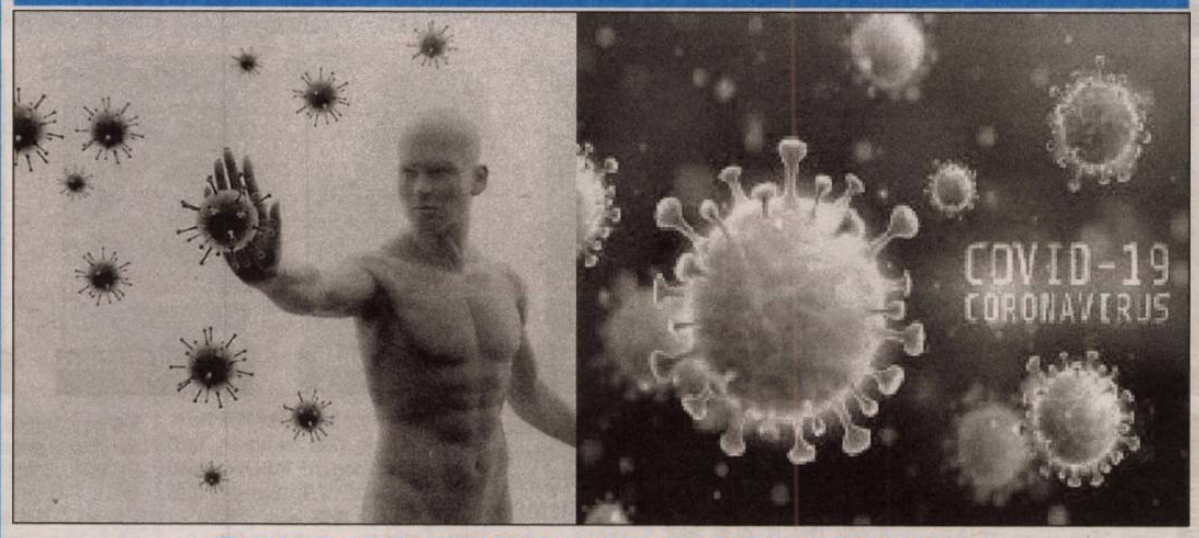
Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvențelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia este în ofertă până la data de 30.04.2021

4 ședințe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitate în 2 rate.

NOU LA DERMAVITAL!



OFERIM TERAPIA POST COVID
pentru complicațiile ce apar la persoanele care au fost infectate cu Covid-19
și
TERAPIA DUPĂ VACCIN
pentru evitarea apariției reacțiilor agresive în urma vaccinului

Revista „Magazin" nu își asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor terapii!

Pentru mai multe informații accesați:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital București, Calea Vitan nr. 28, sector 3

LUNI – 26 aprilie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Handbal: CSM București – Gloria Buzău 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.10 Film: „Legea familiei" (Regatul Unit, 2016). Cu: Michael Fassbende 0.00 Telejurnal 0.45-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Românii au talent 22.30 Film: „S.W.A.T. – Trupe de elită" (SUA, 2003). Cu: Samuel L. Jackson, Collin Farrell 0.45 Știrile PRO TV 1.15 Film: „Bohemian Rhapsody" (r) 3.30 Superspeed la ProTv (r) 4.00 Lecții de viață (r) 5.00 Ce spun românii (r).

Antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite 23.30 Observator 0.00 Legendele cu Dan Negru 1.30 Acces direct (r) 3.00 Băieți de oraș 3.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin! (r).

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 TÂLCtalk (r) 10.30 Sănătate cu stil (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Recuperarea" (SUA, 2014). Cu: John Cusack 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Darul cărții 0.05 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Recuperarea" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 9.15 Serial (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă". Cu: David Chocarro 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Descălecați în Carpați (r) 14.00 Documentar 360º-GEO (r) 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Handbal: SCM Râmnicu Vâlcea – SCM Craiova 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 19.35 E vremea ta! 20.00 Câștigă România! 21.00 Rețeaua de idoli (r) 22.10 Doc.: „Totul nu va fi bine" 23.40-5.30 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA
6.15 La Măruță (r) 8.15 Film: „Envy" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 13.00 Film: „Murder, She Baked: Desserts" (r) 14.45 Film: „Gift Horse" (r) 16.30 Film: „Nu te pui Rosemary" (SUA, 1956). Cu: Frankie Laine 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Interstellar: Călătorind prin Univers" (coprod., 2014). Cu: Wes Bentley 0.00 Film: „Argo" (SUA, 2012). Cu: Ben Affleck 2.15-5.00 Reluări.

MARȚI – 27 aprilie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.25 Handbal: Rapid București – Minaur Baia Mare 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.10 Film: „Glasul Lunii" (coprod., 1990). Cu: Roberto Benigni, Paolo Villaggio, Nadia Ottaviani 0.10 Telejurnal 1.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Românii au talent 22.30 Film: „Ultimii Cavaleri" (coprod., 2015). Cu: Clive Owen, Morgan Freeman 0.45 Știrile PRO TV 1.15-5.00 Reluări.

Antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite – sezon nou 23.30 Observator 0.00 Film: „Vizitatorii 3: Revoluția" (Franța, 2016). Cu: Christian Clavier, Jean Reno 2.00 Observator (r) 3.00 Băieți de oraș (r) 3.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin!

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" (r) 20.00 Film: „Pe viață și pe moarte" (SUA, 1987). Cu: Rutger Hauer 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Darul cărții 0.05-6.00 Reluări.

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei 5.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Primăvara amintirilor 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Cap compas (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Handbal: Gloria Buzău – Măgura Cisnădie 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câștigă România! 21.00 Destine ca-n filme 22.00-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA
5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „He Laughed Last" (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „Envy" (r) 14.00 Film: „I Spy" (r) 16.00 Film: „Eroii muntelui" (SUA, 2002). Cu: Craig McLachlan, Tom Long, Anthony Hayes 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Premiile Oscar 2021 22.30 Film: „Lunetistul american" (SUA, 2014). Cu: Brandley Cooper, Hyle Gallner, Cole Konis 1.00-5.30 Reluări.

MIERCURI – 28 aprilie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Convietuiri 16.50 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.00 Handbal: România – Suedia 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Microbist de România 22.30 Istorii ascunse 23.00 Serial: „Blochin: La granița legii" 0.00 Telejurnal 0.45-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Imperiul leilor 22.30 Film: „Dublura" (SUA, 2002). Cu: Anthony Hopkins, Chris Rock, Peter Stormare 0.45 Știrile PRO TV 1.15 Film: „Parasite" (r) 3.30 Arena bucătarilor (r) 4.00 Lecții de viață (r) 5.00 Ce spun românii (r).

Antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 iUmor 23.00 Divertisment: mai mult iUmor, cu Vlad Drăgulin 23.15 Observator 23.45 Film: „Joc periculos" (SUA, 2015). Cu: Jason Statham, Sofia Vergara 1.30-4.30 Reluări.

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Cronica Cârcotașilor 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Darul cărții 0.05 Exclusiv VIP (r) 2.00 Cronica Cârcotașilor (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Ferma (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităților 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 Glumeții 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câștigă România! 21.10 Film: „Mi-e dor de tine" (Regatul Unit, 2015). Cu: Drew Barrymore 23.02-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA
6.15 Serial: „La Bloc" (r) 7.15 Film: „Zile fericite" (SUA, 1952) 9.15 Serial: „La Bloc" (r) 11.45 Film: „Heroes' Mountain – Thredbo Story" (r) 14.00 Premiile Oscar 2021 (r) 16.00 Film: „Mama mea vitregă extraterestră" (SUA, 1988). Cu: Dan Aykroyd, Kim Basinger 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Marele Gatsby" (coprod., 2013). Cu: Lisa Adam, Frank Aldridge 23.15-3.30 Reluări.

MONICA BELLUCCI – vineri, 22.10 –

SAMUEL L. JACKSON – luni, 22.30 –

SOFIA VERGARA – miercuri, 23.45 –

DAVID CHOCARRO – luni-duminică, 19.00 –

ELIZABETH MITCHELL – joi, 20.30 –

RUTGER HAUER – marți, 20.00 –

JOANNE WHALLEY – sâmbătă, 20.09 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 29 aprilie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Handbal: Gloria Bistrița – Rapid București 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Dispăruți fără urmă 23.00 Serial: „Blochin: La granița legii" 0.00 Telejurnal 0.45-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Minute pierdute" (SUA, 2019). Cu: Bruce Willis 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „S.W.A.T." (r) 2.15 Ce se întâmplă, doctore? (r) 2.45 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

Antena 3
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 22.25 Observator 23.00 Burlacul 2.00 Observator (r) 3.00 Chefi la cuțite (r).

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" (r) 20.00 Film: „Spot" (SUA, 2001). Cu: David Arquette 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Darul cărții 0.05 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film „Poliția în direct" (r) 4.00 Sănătate cu stil (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuăra" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial (r) 16.00 Seial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităților 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Handbal: Dunărea Brăila – HC Zalău 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câștigă România! 21.10 Film: „Corul" (coprod., 2004) 23.00-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA
5.30 La Măruță (r) 7.30 Film: „Heroes' Mountain – Thredbo Story" (r) 9.45 Serial (r) 12.15 Premiile Oscar 2021 (r) 14.15 Film: „My Stepmother is an Alien" (r) 16.30 Film: „Se caută un soț" (SUA, 1948) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Procesul lui Casey Anthony" (SUA, 2013). Cu: Rob Lowe, Elizabeth Mitchell 22.30 Film: „Cazul Novack" (SUA, 2015). Cu: Rob Lowe, Paz Vega 0.15-4.15 Reluări.

VINERI – 30 aprilie

TVR 1
6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Pași spre Înviere (r) 13.00 Ediție specială 13.30 Europa mea 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Universul credinței – Ediție specială 20.00 Telejurnal 21.00 Izolați în România 22.10 Film: „Patimile lui Hristos" (SUA, 2004). Cu: Jim Caviezel, Monica Bellucci 0.15 Telejurnal 1.00-5.05 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Românii au talent 23.30 Film: „Maria Magdalena" (SUA, 2018). Cu: Rooney Mara, Joaquin Phoenix 2.00 Film: „Bad Company" (r) 3.30 Lecții de viață (r) 4.15 Vorbește lumea (r).

Antena 3
6.00 Observator 8.00 Divertisment: 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Film: „Iisus din Nazareth" (ultima parte). Cu: Robert Powell, Laurence Olivier 23.00 Chefi la cuțite (r) 2.30 Observator (r) 3.15 Burlacul (r).

PRIMA TV
7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Sănătate cu stil (r) 15.30 Serial: „Ringo" 16.30 Supernanny (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „Fericire cu orice preț" (SUA, 2014). Cu: Jennifer Aniston 22.30 Film: „Cel mai iubit dintre pământeni" (România, 1993). Cu: Dorel Vișan, Gheorghe Dinică 1.30-6.00 Reluări.

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r).

TVR 2
7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Pescar hoinar (r) 14.10 Festivalul de la Ljubljana 2020 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.10 Film: „Povestea lui Blue" (Australia, 2016) 19.00 Telejurnal 20.10 Teleplay: Meșterul Manole 22.10 Doc.: „Părintele Arsenie Boca, omul lui Dumnezeu" 23.45-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai 6.00 Cap compas (r).

PRO CINEMA
5.15 La Măruță (r) 7.15 Film: „The Mating of Millie" (r) 9.00 Serial (r) 11.30 Film (r) 13.45 Film: „Prosecuting Casey Anthony" (r) 15.45 Film: „Poveste lui Lance Armstrong" (SUA, 2013). Cu: Reed Albergotti 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Scrisorile Maicii Tereza" (SUA, 2014). Cu: Juliet Stevenson, Rutger Hauer 22.45 Film: „Fără armă în linia întâi" (SUA, 2016). Cu: Andrew Garfield 1.30 Film: „Great Gatsby" (r) 4.00 Serial: „La Bloc" (r).

SÂMBĂTĂ – 1 mai

TVR 1
7.00 Tezaur folcloric (r) 8.00 Serial: „Fram" 9.00 1, 2, 3 și afli tot ce vrei! 9.35 Eu pot! 10.35 Vreau să fiu sănătos! 11.30 Doc.: „Legende și mistere" 12.00 Petmania (r) 13.00 Ediție specială 13.15 Exclusiv în România (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Ora regelui 15.30 Adevăruri despre trecut (r) 16.00 Handbal: Minaur Baia Mare – SCM Râmnicu Vâlcea 17.40 Vedeta populară (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Osânda" (România, 1977) 23.10 Universul credinței 1.10-5.10 Reluări.

PRO TV
6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 I like IT 10.30 Superspeed la PRO TV 11.00 Film: „Povestea jucăriilor 4" (SUA, 2019). Cu: Tom Hanks 13.00 Șef sub acoperire (r) 14.00 Imperiul leilor (r) 16.00 Românii au talent (r) 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Regatul Cerului" (coprod., 2005). Cu: Martin Hancock 22.45 Film: „Pavel, apostolul lui Hristos" (SUA, 2018) 1.30-4.00 Reluări.

Antena 3
6.00 Observator 9.00 Film: „Rio" (SUA, 2011) 11.00 Serial: „Adela" (r) 13.00 Observator 13.45 Mireasa (r) 16.00 Chefi la cuțite (r) 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva 23.15 Te cunosc de undeva! After Party, cu Dorian Popa 23.45 Slujba de Înviere 0.30 Legendele cu Dan Negru 2.30 Observator (r) 3.30 Film (r).

PRIMA TV
7.00 Camera de râs 7.30 Teleshopping LIVE 9.00 Starea nației (r) 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Poezie și delicateturi (r) 13.30 Film: „Pădureanca" (România, 1986) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Supernanny 21.30 Film: „Labirintul lui Pan" (coprod., 2006). Cu: Ivana Baquero, Ariadna Gil 0.30 Film: „Fericire cu orice preț" (SUA, 2014) 3.00 Film: „Labirintul lui Pan" (r) 5.30 Flash Monden (r) 6.00 TÂLCtalk (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 MotorVlog (r) 8.30 Serial: „Mystic" 9.30 Generația Fit 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 Handbal: HC Zalău – CSM București 12.30 Cap compas 13.10 Doc.: „Părintele Arsenie Boca, omul lui Dumnezeu" (r) 15.00 Femei de 10, bărbați de 10 17.00 Frați de viță 17.30 MotorVlog 18.00 Distracțiile lui Cazacu 18.30 Zile cu stil 19.00 Telejurnal 20.09 Film: „Arca vieții" (M. Britanie, 2015). Cu: Joanne Whalley 22.10 Serial: „Păcatul și rușinea" 0.00 Doc.: „Temelii pentru un nou testament" 0.30 Festivalul de la Ljubljana 2020 2.30-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.45 Ce spun românii (r) 6.45 Film: „Prosecuting Casey Anthony" (r) 8.45 Serial (r) 11.00 Film: „Strumpfii: O petrecere grozavă" (SUA, 2013) 14.00 Film (r) 16.15 Premiile Oscar 2021 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Misterul înălțării" (SUA, 2016). Cu: Joseph Fiennes 22.30 Film: „Femeile din cortul roșu" (SUA, 2014). Cu: Minnie Driver, Morena Baccarin 2.15 Film: „Risen" (r) 4.00 Serial (r).

DUMINICĂ – 2 mai

TVR 1
7.00 Universul credinței 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.10 Desene animate: „Aripi de hârtie" 10.45 Film: „Bernie, un delfin special" (Canada, 2018) 12.20 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică și delicatețuri (r) 15.30 Adevăruri despre trecut (r) 16.00 Exclusiv în România 17.15 Film: „Blestemul Penelopei" (coprod., 2006). Cu: Christina Ricci 19.00 Handbal: Muntenegru – România 20.30 Telejurnal 21.10 Vedeta populară 23.30 Film: „Supraveghetorul" (SUA, 2011) 1.10-6.40 Reluări.

PRO TV
5.30 Film: „Ali Baba și cei 40 de hoți I" (SUA, 2007) 7.30 Film: „Miracole din Paradis" (SUA, 2016) 9.45 Film: „Cine-i șef acasă?" (SUA, 2017) 11.45 Film: „Drumul unui câine către casă" (SUA, 2019) 13.45 Film: „Puștiul" (SUA, 2002) 16.00 Film: „Peter Iepurașul" (SUA, 2018) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Aladdin" (SUA, 2019 22.15 Film: „Dumbo" (SUA, 2019) 1.00-3.15 Reluări.

Antena 3
6.00 Observator 9.00 Casa Zurli 10.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Te cunosc de undeva 17.00 Film artistic 19.00 Observator 20.00 Chefi la cuțite 23.30 iUmor (r) 2.15 Divertisment: mai mult iUmor (r) 2.30 Observator (r) 3.30 Film (r).

PRIMA TV
7.00 TÂLCtalk (r) 7.30 Film: „Femeia fantastică". (SUA, 2009) 9.30 Flash monden (r) 9.30 Film: „Două loturi" (România, 1957) 11.00 Insider Politic 12.00 Film: „Amintiri din copilărie" (România, 1964) 14.00 Poezie și delicateturi 16.00 Cronica Cârcotașilor (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Schimb de mame 22.00 Supernanny (r) 23.30 Poezie și delicateturi (r) 1.30 Film (r) 4.00 Flash Monden (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Film (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări. 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 Documentar (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură și aventură 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Frați de viță (r) 12.30 Sănătate cu de toate 13.00 Gala umorului 15.00 Drag de România mea! 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Rețeaua de idoli 19.00 Telejurnal 19.35 E vremea ta! 20.10 Film: „Păcală" (România, 1974). Cu: Sebastian Papaiani, Mariella Petrescu 22.30-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA
6.15 Ce spun românii (r) 7.15 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „Letters From Mother Teresa" (r) 14.15 Premiile Oscar 2021 (r) 16.15 Film: „Invitație cu bucluc" (SUA, 2008). Cu: Ashley Tisdale, Kevin Pollak, Lauren Collins 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Boxtroli" (SUA, 2014). Cu: Ben Kingsley 22.30 Film: „Jocuri riscante" (SUA, 2013). Cu: Steven Pasquale 0.30 Film: „Red Tent" (r) 4.00 Serial: „La Bloc" (r).

Integramă de **M. ALBU**

CONCLUZII

PĂHĂRELE DE ȚUICĂ / FALSIFICATE		OAMENI DIN ALTĂ ȚARĂ / A POVESTI		A DESCOPERI CEVA / ÎNCEPUT DE RALIU!		ACORD LA CUNUNIE / BINE FIXAT		A PRINDE CU MÂNA / PASTĂ LA GEAMURI		ÎNCĂLȚĂRI DE SPORT / CAMION URIAȘ
DIN NOU / A FĂGĂDUIT SOLEMN							OM NEGRU LA SUFLET / NĂPASTĂ			
				A GEME SCURT / CERESC, CELEST					DIN TRIB! / SOARE-RĂSARE	
ATAC AL ARMATEI / NOTĂ DIN GAMĂ					POFTĂ DE A BEA / FECIOARA DIN BIBLIE					PEDANT, SCRUPULOS
		NICIUN LUCRU / REPARĂ ȘOSELE						A CUNOAȘTE LECȚIA / VÂRF DE PIUNEZĂ!		
	ARTISTĂ CELEBRĂ ADMIRATĂ / STRĂDANIE					CAPABILI / OEAS VECHI				A LIMPEZI RUFELE
			CONLIDĂTORI MASCAȚI / OBLOJITĂ CU LEACURI						PAUL CROWE / PREFIX DE VEHICUL PE DOUĂ ROȚI	
REFREN DE COLIND / FOAIE DE PLACAJ							SUPUS / MĂSURI DE SUPRAFEȚE AGRICOLE			
				FRÂNGHIE PESCĂREASCĂ CU CÂRLIGE / DAN LOWE				MĂSURĂ LA LOCAL / SOSIT ÎN FINAL!		
CAPITALA ITALIEI / ȘIR / SCLIPITORI					SCOS DIN SĂRITE					

Umor

– *Dimineață am ascultat două sonate.*
– *Sunteți meloman?*
– *Nu. Psihiatru...*

– *Dragul meu, spune-mi! Există pe lumea asta ceva mai important decât dragostea???*
– *Hmmm. Iar nu ai făcut mâncare?*

Între vânători:
– *Când locuiam în sat, deseori băgam spaima în lupi.*
– *Nu-i adevărat, în tot județul nu e nici un lup!*
– *Ei vezi, ce-ți spuneam? Eu i-am împușcat pe toți.*

Soția: Mai bine mă căsătoream cu dracul!

Soțul: Aiurea, scumpo! Căsătoria între rudele de sânge este interzisă!

Soția către soț:
– *Gata, m-am săturat! Dau divorț și mașinile le împărțim în mod egal! Mie Mercedesul și ție mașina de spălat!*

– *Am amigdalită emoțională!*
– *Ha, ha! Ce este aia?*
– *Nu te pot înghiți...*

La farmacie:
– *Bună ziua. Aș dori un sirop de tuse pentru nevasta-mea.*
– *Productivă?*
– *Trei băieți și o fată. Dar ce legătură are asta cu tusea?*

SUDOKU

jocul săptămânii: 16

4		3	7				8	6
	7	9						
			9	4	2			
6		1	2				3	
	5			6			1	
	3				5	6		8
			5	2	8			
						8	5	
5	8				4	7		3

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 15

5	7	6	8	1	3	4	9	2
3	4	8	9	5	2	6	7	1
2	1	9	4	6	7	5	3	8
9	5	1	2	8	4	3	6	7
4	6	7	1	3	5	2	8	9
8	3	2	6	7	9	1	4	5
1	8	3	7	2	6	9	5	4
7	9	5	3	4	1	8	2	6
6	2	4	5	9	8	7	1	3

Soluția integramei „SPECIALE"

Orizontal: M - S - P - L - H - M - CALCULATOARE - CIURAR - IRIS - FERM - CANEA - T - SIPCI - ORICE - TIC - ODAI - TAR - A - EST - HAD - BI - CI - PIRONIRI - MLADA - ELENA - OPARIRI - UTIL - ARTA - APAREA - ORGANIZATORI.

Verificați-vă cunoștințele!

Shakespeare

1. Cum se numea teatrul din Londra asociat cu numele lui Shakespeare, construit în 1599, distrus de un incendiu în 1613, reconstruit în 1614 și închis în 1642?
2. Cum se numea dramaturgul, rival al lui Shakespeare, ucis într-o cârciumă, într-o ceartă de beţivi?
3. Ce mare prozator european a murit în același an cu Shakespeare?
4. Ce mare poet român (1884-1963) este autorul volumului „Ultimele sonete închipuite ale lui Shakespeare în traducerea imaginară a lui...", publicat postum în 1964?
5. Ce compozitor francez (1818-1893) a compus muzica operei „Romeo și Julieta"?
6. Ce pictor englez, originar din Elveția germanofonă, semnează tablourile: „Macbeth", „Regele Lear" și „Furtuna" inspirate din opera lui Shakespeare?
7. Cine a realizat, în 1998, filmul „Shakespeare îndrăgostit" („Shakespeare in love")?

Răspunsurile din numărul trecut

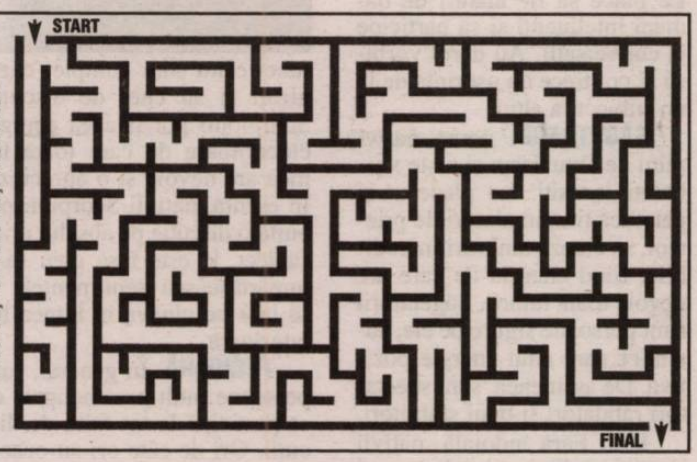
1) Denumirea tracă a Dunării folosită și în izvoarele grecești era Istros (sau Istru). 2) În mitologia romană târzie, zeul acvatic tutelar al Dunării era Danuvius. 3) Podul de peste Dunăre de la Drobeta a fost construit de Apolodor din Damasc. 4) Volumul „România pitorească" a fost scris de Alexandru Vlahuță. 5) Muzica operei „Marin pescarul" aparține compozitorului Marțian Negrea (1893-1973). 6) Tabloul „La Dunăre (Roșior)" poartă semnătura lui Nicolae Grigorescu. 7) Filmul românesc „Operațiunea monstrul" a fost realizat de regizorul Manole Marcus.

Poșta cititorilor Pentru întrebările cu tema „Îngeri" am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ ***ANTOANETA ISTRATE,*** *Arad.* Aveți dreptate, Sărbătoarea „Intrării Domnului în Ierusalim" este cunoscută și sub numele de „Sărbătoarea Stâlpărilor". Acesta este un termen folosit mai mult în biserică, în vreme ce termenul „Florii" este generalizat în lumea laică. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Grădina de lângă casă

Cele mai cunoscute specii de ficuși 2

■ ***Ficus Iyrata.*** Este o plantă pretențioasă la umiditate, mai ales la cea din aer. Pentru a evita deshidratarea se pulverizează des frunzele. Se amplasează în locuri luminoase, de preferință la o fereastră orientată spre est.

■ ***Ficus Ginseng.*** Este un arbust originar din Asia și forma trunchiului, asemănătoare ghimbirului, îl face cunoscut sub această denumire. Poate fi crescut sub formă de bonsai. Se amplasează în dreptul unei ferestre, fără ca soarele să bată direct pe frunze. Se evită expunerea la variații bruște de temperatură.

■ ***Ficus Benghalensis.*** Originară din India și Pakistan este o plantă care are o mare capacitate de a purifica aerul. Este ușor de întreținut însă nu trebuie neglijat udatul. Lipsa apei face ca frunzele să i se usuce. Are nevoie de lumină indirectă.

■ ***Ficus Pumila.*** Este o plantă târâtoare, foarte potrivită pentru ghivecele suspendate. Are frunzele mici, de culoare verde cu alb, care se aseamănă cu pielea reptilelor. Planta este sensibilă la lipsa apei, așa că trebuie permanent menținut solul umed.

■ ***Ficusul sacru (ficus religiosa).*** În sălbăticie, înălțimea unui ficus adult poate ajunge și la 30 de metri. Se udă regulat, dar fără exces și se ține la temperaturi de +22º Celsius vara și iarna la +15º Celsius. Este important să fie amplasat în locuri luminoase.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Cel mai sociabil semn zodiacal

Astrologii susţin că toţi oamenii sunt sociabili. Chiar dacă nu fac parte dintr-un anumit grup, pur şi simplu faptul că au alături colegi, asociaţi, partenerul de viaţă sau vecinii, aceştia devin o parte din existenţa lor, fie că sunt comunicativi sau preferă să stea mai retraşi. Iată o clasificare a zodiilor, în ordinea importanţei acestei trăsături.

GEMENI. Nu putea să înceapă un clasament al sociabilităţii fără Gemeni, unii dintre cei mai curioşi nativi ai zodiacului, care nu pot trăi fără să comunice. Aşa îşi încarcă bateriile, socializând. Ei sunt experţi în construirea legăturii cu oamenii din jur, sunt binecuvântaţi cu abilitatea incredibilă de a iniţia conversaţii şi de a trece de la o persoană la alta.

BALANŢĂ. Sunt ca nişte fluturi sociabili, cărora le place să se înconjoare de prieteni. În general, nativii Balanţă nu suportă singurătatea în niciun fel. Le place să fie alături de oameni inteligenţi şi să participe la conversaţii. Au darul vorbirii şi pot trece cu uşurinţă de la un subiect la altul.

SĂGETĂTOR. Sunt nativi plini de entuziasm şi nişte vorbăreţi iscusiţi. Le place să-şi petreacă timpul alături de prieteni, să creeze amintiri incredibile, fiind energia de care are nevoie toată lumea. Săgetătorii sunt persoane sigure pe ele, autentice care emit energie pozitivă. De asemenea, sunt spectatori răbdători şi buni sfătuitori.

LEU. Fără îndoială, nativii acestei zodii au darul de a-şi face mulţi prieteni şi multe conexiuni cu tot felul de cercuri sociale. Nu vor evita niciodată adunările unde îşi pot etala superioritatea şi, poate astfel, mai pot întâlni pe altcineva la fel de uimitor. Leii nu cunosc limitele când vine vorba despre sociabilitate.

BERBEC. Nativii Berbec nu sunt deloc reţinuţi să discute cu un străin. Le place să cunoască oameni noi, fără îngrădire. În esenţa lor, sunt persoane care pot înţelege cu uşurinţă şi pot crea legături cu cei din afară. Le place să cunoască oameni noi şi au o nevoie constantă de a se distra şi de a petrece timpul în compania cuiva.

SCORPION. Sunt nativi sociabili, însă au nevoie şi de ceva timp pentru a fi singuri. A-

tunci când sunt complet energizaţi şi au chef de discuţii, Scorpionii pot fi acea energie clocotitoare de care toată lumea are nevoie şi o apreciază. În esenţă, nativii Scorpion pot purta o discuţie pe absolut orice subiect, le este însă greu să-şi împărtăşească sentimentele şi să lase pe cineva în lumea lor interioară.

FECIOARĂ. În general, sunt persoane mult prea ocupate ca să participe la tot felul de discuţii. Ori de câte ori au ocazia şi sunt gata să comunice vor prefera să acorde prioritate muncii. Le place însă să se angajeze în conversaţii semnificative şi subiecte importante. Cu toate acestea, îşi pot deschide sufletul prietenilor apropiaţi şi le pot vorbi destul de mult despre viaţă.

RAC. Sunt nativi care apreciază în primul rând familia, iar faptul că au un grup de prieteni este esenţial pentru ei. Conexiunile lor seamănă cu nişte comori. Adoră întâlnirile cu amicii în confortul propriei case, fiind persoane afectuoase şi binevoitoare. Este o încântare să fiţi pe lista lor de invitaţi!

PEŞTI. Nativii acestei zodii iubesc oamenii şi acordă prioritate legăturilor profunde cu aceştia. Sunt pregătiţi oricând să îi ajute pe ceilalţi, fiind persoanele pe umărul cărora puteţi găsi alinare. Sunt prieteni excelenţi şi se simt cu adevărat fericiţi în compania prietenilor cu care au o legătură solidă.

TAUR. De obicei, sunt persoane atente faţă de cei din jurul lor. Activitatea publică nu este o necesitate pentru Tauri. Vor merge la întâlniri cu amicii, dar fără a avea multe iniţiative. Sunt recunoscuţi pentru conversaţii calme şi echilibru în discuţii. Vorbăria multă nu este pentru Tauri.

VĂRSĂTOR. Nu este o regulă, dar nativii acestei zodii au abilităţi sociabile doar în compania celor mai buni prieteni. Sunt persoane flexibile şi dinamice. Personalitatea acestor nativi contrastează în comparaţie cu ceilalţi, aşa că vor fi nevoiţi, dacă vor, să se adapteze mereu.

CAPRICORN. Fiind cel mai concentrat şi disciplinat semn al zodiacului, Capricornii îşi aleg cu responsabilitate grupul de prieteni. Nu le place să fie în centrul atenţiei, în schimb, le place să observe oamenii. Sunt destul de emoţionali şi se pot descuraja uşor. Nu orice discuţie le va fi de mare ajutor.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Sibylla – ambiţioasa regină a Ierusalimului ■ Cel mai rău an din istorie ■ Oficialităţile conştientizează fenomenul OZN ■ Socializare fără riscuri sanitare ■ Biserica Sfântului Mormânt ■ Jerry Seinfeld: cum să ajungi „cineva" cu un serial „despre nimic"

Ce spun astrele

HOROSCOP

26 aprilie – 2 mai 2021

BERBEC 21.03-20.04

Este o săptămână potrivită pentru a vă face prieteni noi. Şi interesul pentru artă va fi mai puternic acum şi vă preocupă să puneţi în aplicare noi idei de a vă spori veniturile. S-ar putea chiar să începeţi să lucraţi la un proiect creativ.

TAUR 21.04-21.05

Veţi depune mai mult efort pentru a lucra din greu şi pentru a vă creşte veniturile. De asemenea, veţi fi generoşi cu familia şi cei mai buni prieteni însă va trebui să ţineţi cont de ce bani dispuneţi. Excesele de acum se vor resimţi curând.

GEMENI 22.05-21.06

S-ar putea să vă implicaţi într-o acţiune cu scop caritabil în aceste zile, deoarece dispuneţi de multă energie pentru a face bine celorlalţi. Va fi interesant de observat că toată energia pe care o oferiţi vă va îmbogăţi indirect, chiar şi financiar.

RAC 22.06-21.07

Sunteţi conştienţi de succesul dumneavoastră şi veţi obţine rezultate bune în relaţia cu şefii sau părinţii. Aveţi impresia că cineva unelteşte ceva împotriva dumneavoastră şi s-ar putea să aveţi dreptate. Fiţi vigilenţi!

LEU 22.07-22.08

Dispuneţi de suficientă energie care să vă trezească cheful de călătorii şi de noi aventuri. Sunteţi tentaţi să explorati romantismul cu cineva aflat la mare depărtare de dumneavoastră. Vineri, un prieten apropiat v-ar putea dezamăgi.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Energia este concentrată în Casa banilor altor persoane, ceea ce înseamnă că puteţi intra în posesia unei moşteniri sau a unei proprietăţi comune. Sigur veţi beneficia de suficiente avantaje materiale ca să vă bucuraţi de cadouri.

BALANŢĂ 23.09-22.10

La ordinea zilei vor fi sentimentele bune şi conversaţiile plăcute. Vă veţi exprima uşor afecţiunea pentru ceilalţi şi s-ar putea chiar să întâlniţi oameni noi. Cineva apropiat ar putea fi generos cu dumneavoastră.

SCORPION 23.10-21.11

În aceste zile veţi vedea mai multe modalităţi de a vă spori veniturile sau de a câştiga mai mulţi bani. O dezamăgire vă va întuneca orizontul pentru scurt timp, dar vă veţi reveni în curând. Fiţi prevăzători cu o persoană din zodia Capricorn.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Sunteţi fericiţi şi entuziasmaţi de propriul viitor. Săptămâna aceasta aveţi şansa să vă bucuraţi de activităţi creative şi să vă faceţi planuri pentru o viitoare vacanţă. Trebuie însă să aveţi mai multă răbdare în weekend cu un prieten apropiat.

CAPRICORN 22.12-19.01

Puneţi accentul pe casă şi pe familie, mai exact pe reparaţii, proiecte de bricolaj sau redecorare. Acum vă implicaţi mai mult cu unul dintre părinţi. Luaţi în calcul să faceţi chiar o mutare de rezidenţă în urma unei speculaţii financiare.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Vă bucuraţi de discuţii cu fraţii, rudele sau vecinii pentru că sunteţi dornici să învăţaţi lucruri noi. Veţi ajunge la concluzia că atunci când schimbaţi modul de a privi lucrurile, ceea ce vedeţi se poate transforma.

PEŞTI 19.02-20.03

În această săptămână vă puteţi spori câştigurile, deoarece veţi atrage bani către dumneavoastră. Trebuie să fiţi precauţi la sfârşitul săptămânii, deoarece poate apărea o confuzie acasă care nu trebuie să vă înnegureze gândirea.

Nativul săptămânii: **WALTER LANTZ** (27.04.1899 – 22.03.1994)

A fost desenator, animator, producător de film, regizor şi actor american. Acest nativ al zodiei Taur a rămas celebru în istoria filmului de animaţie, deoarece a creat Ciocănitoarea Woody şi multe alte personaje îndrăgite. În 1978 a primit Premiul Oscar omagial pentru întreaga sa carieră.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178965

Preţ abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	9,00 LEI
❑ 2 LUNI	18,00 LEI
❑ 3 LUNI	27,00 LEI
❑ 4 LUNI	36,00 LEI
❑ 5 LUNI	45,00 LEI
❑ 6 LUNI	54,00 LEI

Abonamente 2021

Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!

Abonamente 2021

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 38 euro sau 45 $,
– 6 luni: 75 euro sau 90 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc Scara Etaj 1 Ap.
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel.
C.N.P.
Expeditor
Localitatea
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR.

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE 0722625622

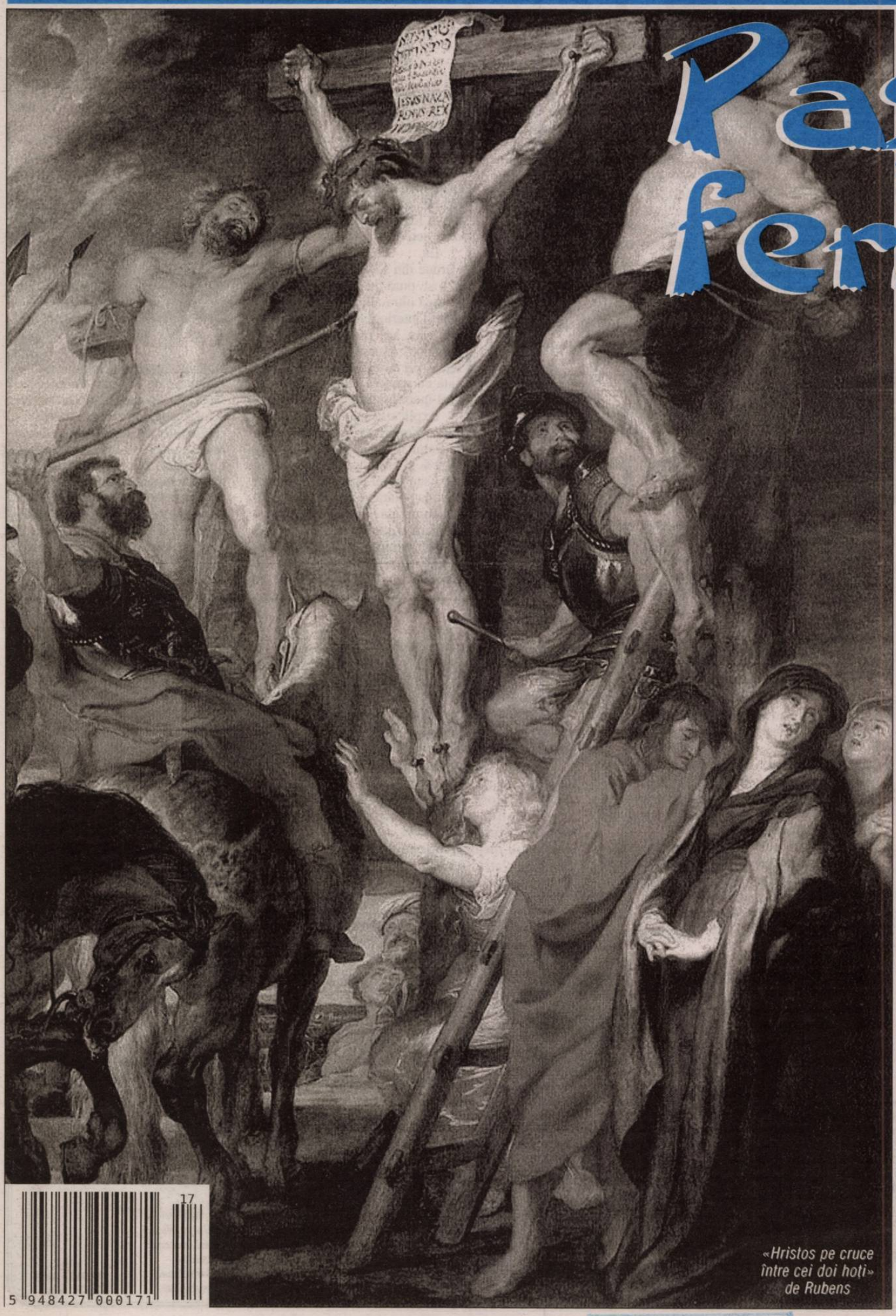
SERIE NOUĂ - 1546 ● ANUL LXIV ● 29 APRILIE 2021 ● 16 PAGINI ● 3 LEI Nr. 17 (3296)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT



«Hristos pe cruce între cei doi hoți» de Rubens

Redacția urează tuturor cititorilor și colaboratorilor

Paște fericit!

„Stânca s-a rostogolit de la intrarea în mormânt nu pentru a-i permite lui Hristos să iasă, ci pentru a-i lăsa pe discipoli să intre."

Peter Marshall

Terra X

BISERICA SFÂNTULUI MORMÂNT

Femina club

Lecții de nutriție

Consumul alimentelor cu probiotice în pragul primăverii

Dosarele frumuseții

Pericolul deshidratării

Consultații fără plată

SOCIALIZARE
fără riscuri sanitare

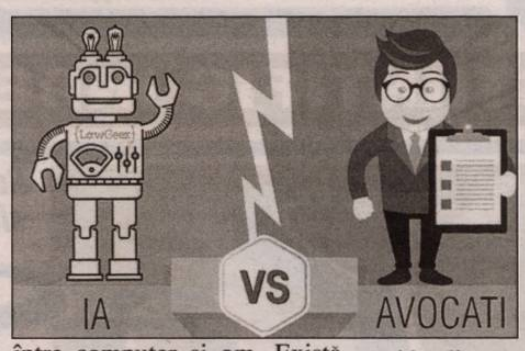
Istorii uitate

SIBYLLA
ambițioasa regină a Ierusalimului

MUREȘ
TÂRGU-MUREȘ

Avocaţi „depăşiţi” de inteligenţa artificială

Epoca inteligenţei artificiale cunoaşte, dincolo de fabuloase performanţe şi realizări practice şi un alt aspect: există computere şi roboţi anume construiţi pentru a intra în competiţie cu oamenii.



Totuşi, proba supremă a calităţilor superioare cu care aceste entităţi sunt dotate se referă la inteligenţa propriu-zisă şi în special la capacitatea de a pune în practică un anumit mod de a gândi, de a lua decizii şi a acţiona fără niciun fel de intervenţie umană.

În acest sens, sunt foarte bine cunoscute partidele de şah între computer şi om. Există însă şi situaţii incomparabil mai importante în care „creierele” non-umane sunt puse să îşi demonstreze capacităţile speciale cu care au fost înzestrate.

Avocatura este un domeniu profesional de o complexitate ridicată, deoarece nu doar cunoaşterea perfectă a legislaţiilor face diferenţa de valoare între membrii barourilor, ci şi subtilităţile în interpretarea cuvântului scris – o platformă de revizuire a contractelor bazată pe inteligenţă artificială care permite companiilor simplificarea procesului decizional pentru contracte standard.

La aşa ceva s-a încumetat un start-up american denumit LawGeex. Acesta a participat la un studiu al Universităţilor Duke şi California de Sud între 20 de avocaţi experţi care operează în întreprinderi de talie internaţională şi o nouă inteligenţă artificială bazată pe analize juridice. Atât avocaţii, cât şi inteligenţa artificială LawGeex au analizat cinci contracte nestudiate anterior, conţinând 153 de paragrafe de limbaj juridic, în aceleaşi condiţii de lucru în care avocaţii îşi desfăşoară activitatea zilnică în cadrul companiei.

Cel mai performant avocat din studiu a obţinut o precizie a analizei de 94%, în timp ce avocatul cel mai slab a realizat doar 67%, faţă de 95% precizia analizei obţinută de inteligenţa artificială.

La viteza de analiză inteligenţa artificială s-a impus cu timpul de 26 de secunde, pe când grupul de avocaţi a avut nevoie de 92 de minute pentru elaborarea analizei.

Această cercetare arată că tehnologia poate ajuta la gestionarea rapidă şi fiabilă a contractelor, eliberând resurse astfel încât departamentele juridice să se poată concentra pe construirea calităţii echipelor umane.

Vopseaua înlocuieşte aerul condiţionat

Locuinţa, biroul şi orice alt spaţiu închis pot deveni, la un moment dat, surse evidente de disconfort, din cauza încălzirii lor excesive, cu toate neajunsurile ce decurg de aici. De aceea metodele de răcire a aerului în asemenea situaţii devin o componentă majoră a derulării unei activităţi normale.

La Universitatea Purdue din Statele Unite a fost pusă la punct o vopsea ultra-albă, pentru pereţii interiori ai clădirilor, care are proprietăţi „magice”: răceşte suprafeţele pe care este aplicată cu până la 10ºC faţă de mediul înconjurător.

Explicaţia nu e una complicată. Vopseaua reflectă razele soarelui în proporţie de până la 98,1% şi emite căldură în infraroşu sau altfel spus, nu absoarbe lumina solară şi disipează căldura acumulată. Noua vopsea ultra-albă are o putere medie de răcire de 113 waţi/m², aplicată pe acoperişul unei case de 1000 m² „oferă” o putere de răcire de 10 kilowaţi, mai puternică decât majoritatea aparatelor de aer condiţionat rezidenţiale.

Utilizarea acestei vopsele ar însemna renunţarea la aparatele de aer condiţionat şi existenţa într-un mediu mai răcoros fără a fi nevoie de consum de energie. De altfel, în contextul controverselor legate de fenomenul încălzirii globale, inginerii care au lucrat la realizarea ei accentuează ideea că aceasta nu măreşte absolut deloc temperatura mediului.

Cercetătorii continuă testarea vopselei pentru a înţelege durabilitatea şi fiabilitatea pe termen lung a acesteia, în aer liber, astfel încât să poată fi comercializată cât mai rapid pe piaţă.

Din nou despre acorduri

Să vorbim corect!

Am auzit de multe ori în jur, ba chiar şi la emisiuni de televiziune, spunându-se: „fiecare dintre noi am văzut...”. Greşeala constă în lipsa acordului înte subiect şi predicat.

Vorbitorii respectivi aplică în mod greşit o regulă care spune că în cazul subiectului multiplu, când unul dintre subiecte este un pronume la persoana I singular sau plural, predicatul verbal şi verbul copulativ al predicatului nominal se pun la plural. Spunem astfel: „Eu şi fiecare dintre noi vedem că...”.

În cazul citat însă nu avem un subiect multiplu. Subiectul este pronumele nehotărât „fiecare” iar celălalt pronume „dintre noi” este atribut pronominal prepoziţional.

Aşadar, acordul trebuie făcut la singular şi exprimarea corectă este „fiecare dintre noi *a văzut...*”. (I.S.)

Iarba de mare – alimentul viitorului?

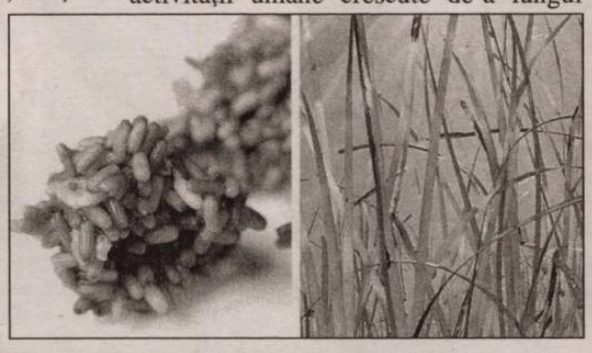
Un maestru bucătar spaniol pe nume Ángel León, devenit renumit servind fructe de mare „inovătoare”, a descoperit că seminţele de iarbă de mare au cu 50% mai multe proteine decât orezul, iar planta stochează carbonul mult mai repede decât o pădure tropicală. Ar putea fi cerealele marine comestibile?

Testele de laborator au indicat potenţialul lor extraordinar: fără gluten, bogate în acizi graşi omega-6 şi omega-9, conţinut cu 50% mai mare de proteine decât orezul comun, la care adăugăm creşterea fără apă dulce sau îngrăşăminte.

Într-o lume alcătuită trei sferturi din apă, în cea mai mare parte marină, iarba de mare ar putea transforma fundamental modul în care privim oceanele. Acesta ar putea fi începutul unui nou concept de a înţelege marea ca pe o grădină.

Redescoperite în 2017, ciudatele cereale marine constituiau odinioară baza alimentaţiei pentru populaţia Seri, care trăia în Golful California din Sonora-Mexic, singurul caz cunoscut al unui bob originar din mare folosit ca sursă de hrană umană.

În Golful Cádiz, planta odinioară abundentă fusese redusă la o suprafaţă de doar patru metri pătraţi, reflectând un declin observat în întreaga lume, din cauza activităţii umane crescute de-a lungul coastelor şi a creşterii constante a temperaturii apei. Impactul plantei s-ar putea extinde însă mult mai departe de alimentaţia umană.



Capabilă să capteze carbonul de 35 de ori mai rapid decât pădurile tropicale şi descrisă ca un „instrument incredibil” în combaterea crizei climatice, iarba marină absoarbe anual 10% din carbonul oceanului, în ciuda faptului că acoperă doar 0,2% din fundul mării.

Iarba de mare din zonele de coastă „colectează” aproape 900 de milioane de obiecte de plastic pe an doar în Marea Mediterană. Resturile de plastic care ajung pe fundul mării părăsesc mediul marin prin ajungerea la mal a ierbii de mare, modul în care acţionează algele reprezintă o purificare continuă a apei din mări şi oceane.

Pagină realizată de
NICUŞOR DINCĂ

Săptămânalul „Magazin” este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN” S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin” S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN”
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.**

Mâncarea de-a gata, risc crescut de boli cardiace

În timpul recentelor perioade de carantină, mulți dintre noi au apelat la varianta mâncării la pachet, preparate în restaurante și comandate de acasă. O variantă foarte convenabilă, ar spune unii, însă și foarte periculoasă, avertizează nutriționiștii.

Un studiu efectuat la Universitatea Iowa, din Statele Unite, a demonstrat că mâncarea care nu este pregătită de fiecare consumator, în bucătăria casei sale, are tendința de a fi mai bogată în grăsimi, sare și zahăr, dar cu un conținut mai scăzut de fructe, legume, cereale integrale, fibre și antioxidanți.

„Consumul de mâncare luată de-a gata de la restaurante și fast-food-uri este asociat frecvent cu un risc crescut de boli cronice, ca obezitatea și diabetul, dar și cu alte boli, din sfera cardiovasculară", spune principalul inițiator al studiului, profesorul Wei Bao.

Cercetătorii au analizat datele provenite din chestionare administrate „față în față" de peste 35.000 de voluntari în vârstă de 20 de ani și peste, în cadrul unui program vizând examinarea nutrițională și sănătatea națională, desfășurat în ultimii ani în Statele Unite.

Respondenții au răspuns la întrebări referitoare la obiceiurile lor alimentare, inclusiv frecvența consumului de mâncăruri la pachet. În cei opt ani ai studiului s-au produs 2.781 de decese în rândul participanților, inclusiv 511 de boli cardiovasculare și 638 de cancer.

S-a descoperit că participanții care consumau cel mai frecvent mâncăruri nepreparate în casă aveau un risc de 1,18 ori mai mare de deces de boală cardiovasculară și de 1,67 ori mai mare de deces de cancer. Cei mai expuși erau oamenii care consumau de mai mult de două ori pe zi mâncăruri cumpărate de-a gata – ei fiind de două ori mai predispuși la un deces timpuriu.

Digory, fildeșul artificial

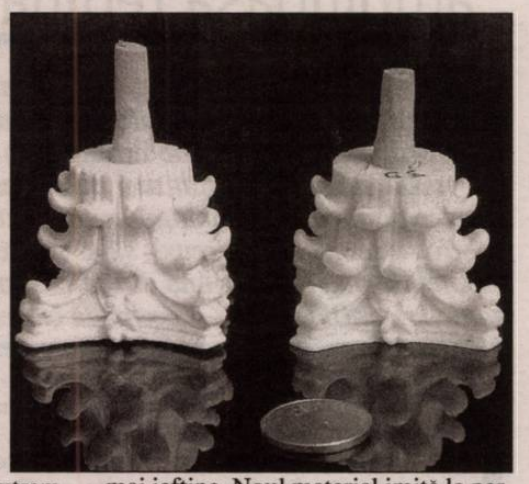
În fiecare zi, circa 100 de elefanți africani sunt uciși de braconieri pentru fildeșii lor, care sunt apoi vânduți la prețuri exorbitante.

Din acest motiv, în ultimul deceniu populația de elefanți a scăzut cu 62% și experții se tem că această specie ar putea să dispară complet în următorii zece ani.

O inovație extraordinară ar putea pune capăt în sfârșit acestui trafic ilegal:

o echipă de chimiști de la Institutul pentru Știința Materialelor și Tehnologie al Universității Viena au dezvoltat o alternativă de fildeș care este printată 3D și polisată creând copii aproape perfecte ale unor obiecte din fildeș.

Numit „Digory", noul material este o combinație de rășini sintetice, oxid de siliciu sub forma unei pulberi foarte fine și particule de fosfat de calciu, inițial lichidă, dar care poate fi turnată în forme, la temperaturi ridicate, cu ajutorul unei imprimante 3D, întărindu-se și având la final duritatea extrem de mare a fildeșului autentic.



Cercetătorii afirmă că Digory este nu doar ușor de prelucrat, dar poate salva ore de muncă profesionistă din partea artizanilor – drept pentru care obiectele realizate din „fildeș artificial" vor fi nu doar absolut identice cu cele originale, ci și mult mai ieftine. Noul material imită la perfecție atât textura, cât și culoarea fildeșului, putând fi deosebit de fildeșul autentic doar în urma unor analize fizice complexe. Se estimează că lansarea acestui material și apariția pe piață de obiecte de artă produse din el, mai ieftine decât cele originale, vor da o grea lovitură producției și contrabandei cu obiecte din fildeș natural.

Activitățile gospodărești pot alunga demența senilă

„Corvezile" casnice, de care mulți dintre oameni caută să se debaraseze, ar putea juca un rol important în păstrarea capacităților cognitive la vârste înaintate.

Practic, potrivit cercetărilor științifice, cei care practică zilnic activități gospodărești – curățenia, spălatul și călcatul rufelor, gătitul, grădinăritul etc. – au un creier mai mare și mai activ decât cei ce preferă să se implice mai puțin în gospodărie, dar care sunt, se pare, mai expuși diferitelor tipuri de demență senilă.

„Oamenii de știință cunoșteau deja că mișcarea fizică are un impact pozitiv asupra creierului, dar studiul nostru este primul care relevă că acest lucru poate fi valabil și pentru activitățile casnice", precizează autorul studiului, Noah Koblinsky, de la Institutul de Cercetări Rotman din Toronto, Canada.

„Înțelegerea modului în care forme diferite ale activității fizice contribuie la sănătatea creierului este crucială pentru dezvoltarea de strategii menite să reducă riscul declinului cognitiv și al declanșării demenței, la adulții mai în vârstă", afirmă cercetătorul canadian.

Participanții la studiu au fost mai întâi evaluați din punct de vedere al sănătății fizice și mentale, apoi li s-a dat să completeze formulare referitoare la activitățile casnice pe care le practică. S-a observat că și în cazul persoanelor vârstnice care nu efectuau în mod regulat exerciții fizice (ca de pildă jogging, fitness etc.), în schimb erau foarte implicate în treburile casnice, volumul creierului era mai mare decât la persoanele sedentare.

Diferențele la nivel cerebral au fost remarcate în special în hippocampus, parte a creierului care joacă un rol major în memorie și învățare, și la lobul frontal, implicate în numeroase aspecte cognitive.

Oamenii de știință susțin că ar exista mai multe explicații privind beneficiile activității fizice casnice. În primul rând, se pare că aceasta ar avea asupra vaselor din inimă și creier un efect similar cu exercițiile aerobice de joasă intensitate. În al doilea rând, planificarea și organizarea implicată de sarcinile gospodărești zilnice ar putea stimula formarea de noi conexiuni neuronale în creier, pe măsură ce îmbătrânim.

Ursul pizzly, un hibrid de urs polar și grizzly

Savanții de pretutindeni avertizează de câteva decenii că încălzirea globală, provocată de acțiunile nesăbuite ale oamenilor, ar putea duce la extincția ursului polar. Dar, într-o adaptare la mediu remarcabilă prin durata ei foarte scurtă (știut fiind faptul că asemenea adaptări au loc în mii, poate chiar sute de mii de ani), urșii polari au început să pătrundă mult în interiorul continentului nord-american, în căutare de hrană, și să se împerecheze cu urșii grizzly care ajung până în Alaska.

„Noua specie hibridă de urs este mult mai rezistentă la schimbările climatice și mai adaptată temperaturilor mai ridicate", spune paleontologul Laris DeSantis, de la Universitatea Vanderbilt, SUA, care studiază fosilele de tigru cu colți sabie, o specie dispărută cu multe mii de ani în urmă.

Forțați de topirea ghețurilor să-și caute hrana mult mai la sud, urșii polari au început să se adapteze la un regim omnivor, cu care până acum nu erau obișnuiți, ei fiind carnivori prin definiție.

„Ursul polar și cel grizzly au avut un strămoș comun, din care au evoluat apoi separat, începând cu circa 500.000 de ani în urmă. Acum, se pare că procesul se reia, din cauza creșterii temperaturii planetare, dar în sens invers", afirmă DeSantis.

Primul exemplar de „pizzly" a fost văzut în 2006, dar ulterior au fost confirmate și alte apariții, tot mai la sud, chiar până în statul Idaho, din acest hibrid inedit, care ar putea reprezenta modalitatea de supraviețuire a ursului polar. Noua specie are o blană albă, cu nuanțe cafenii, și un bot mai scurt decât al ursului polar, dar mai lung decât al ursului grizzly.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

SIBYLLA
ambiţioasa regină a Ierusalimului

Timp de secole s-a vorbit despre temerarii cavaleri care au pornit în cruciade spre Ierusalim şi despre suveranii regatelor creştine înfiinţate în Ţara Sfântă. Dar s-a vorbit şi s-a scris mult mai puţin despre reginele acestor ţinuturi, personalităţi aparte, extrem de controversate, care au reuşit să-şi păstreze doar vremelnic puterea într-una dintre cele mai disputate zone de conflict şi într-o perioadă extrem de tulbure.

Cea mai remarcabilă dintre aceste suverane a fost Sibylla, soţia regelui Guy de Lusignan. Născută în 1160, ca fiică a lui Amalric de Ierusalim, fratele mezin al regelui Baldwin al III-lea şi al soţiei lui, Agnes de Courtenay, Sibylla a fost despărţită de mama ei, după un presupus adulter al acesteia.

Moartea neaşteptată a regelui a dus la urcarea pe tron a lui Amalric, care l-a ales drept urmaş pe fiul cel mare, Baldwin. Dar, în 1170, când a devenit clar că tânărul suferea de lepră şi deci era puţin probabil să ajungă să domnească, noul rege a început să caute cu disperare un soţ pentru fiica lui de doar zece ani, Sibylla.

După mai multe refuzuri din partea unor nobili francezi, regele a murit de inimă rea, iar fiul lui, Baldwin al IV-lea, i-a urmat la tron, încercând şi el să găsească o partidă potrivită pentru Sibylla. Alesul a fost William de Montferrat, care s-a însurat cu Sibylla şi a lăsat-o însărcinată, dar a murit subit, din motive necunoscute, în iunie 1177.

Sibylla a născut un fiu numit tot Baldwin şi căutarea unui nou soţ a început. Timp de trei ani însă, intrigile şi refuzul pretendenţilor i-au zădărnicit toate planurile, până când, la 20 de ani, îndrăzneaţa prinţesă a decis să se mărite cu Guy, al patrulea fiu al contelui de Lusignan, un tânăr chipeş, dar lipsit de domenii.

Decizia a fost dezastruoasă, iar Guy s-a dovedit un soţ „risipitor", stârnind furia baronilor cruciaţi prin atitudinea lui aroganţă şi delăsătoare. Sub conducerea sa, cruciaţii au suferit cea mai grea înfrângere în faţa musulmanilor, la Hattin, unde 17.000 de cavaleri creştini au pierit şi o dată cu ei speranţa dăinuirii regatului Ierusalimului. Luat prizonier de Saladin, Guy de Lusignan a poruncit apărătorilor cetăţii Ascalon să se predea învingătorului – deşi cu siguranţă puternica fortificaţie ar fi rezistat unui asediu.

Pe 2 octombrie 1187, şi Ierusalimul a fost cucerit, după un scurt asediu. Apărătorii lui erau de zece ori mai puţini decât asediatorii musulmani, iar în fruntea lor se afla un trio ciudat: patriarhul Heraclius, un cavaler pe nume Balian de Ibelin şi Sibylla, soţia lui Guy de Lusignan. Aceasta i-a cerut lui Saladin să o lase să împartă prizonieratul cu adoratul soţ – ceea ce liderul musulman a acceptat.

La puţină vreme după aceea, generosul Saladin i-a eliberat pe cei doi din captivitate, după ce Guy a jurat să nu mai ridice niciodată armele împotriva lui. Abia eliberat din prizonierat, el a atacat însă Acra musulmană, încurajat de Sibylla. Doar că asediatorii s-au trezit curând asediaţi – armata lui Saladin i-a înconjurat rapid şi, prinşi între apărătorii cetăţii şi trupele din exterior, creştinii au fost supuşi unor condiţii îngrozitoare.

Din cauza mizeriei din tabăra creştină, a lipsei de alimente şi apă, regina Ierusalimului a murit, în 1190, alături de ambii săi copii. Încăpăţânarea cu care şi-a urmat nevolnicul soţ a dus-o la ruină. Şi, aşa cum spunea unui cronicar medieval „dacă ar fi fost fiica unui brutar sau nevasta unui măcelar, devoţiunea faţă de soţul ei ar fi fost admirabilă, dar ca prinţesă a fost condamnabilă."

Fotodocument

Amprentă fatală

Pe 26 iulie 1945, HMS Sussex, un crucişător greu din cadrul flotei regale a Marii Britanii, a fost ţinta unui atac kamikaze. Nava a reuşit să reziste asaltului, dar unul dintre avioanele japoneze, un aparat Mitsubishi Ki-51 cu numele de cod „Sonia" s-a izbit în plin de crucişător. Tot ce a mai rămas din aeronavă, în urma impactului, a fost această bizară „amprentă", imprimată pe blindajul vasului britanic.

Cel mai rău an din istorie

Deşi mulţi dintre noi am fi tentaţi să credem că anul 1349, când Moartea Neagră a ucis aproape jumătate din populaţia Europei sau 1918, când epidemia de gripă spaniolă a făcut undeva între 50 şi 100 de milioane de victime, ar fi cei mai cumpliţi ani din experienţa cunoscută a omenirii, istoricii înclină să creadă că, de fapt, cel mai rău an a fost 536.

Atunci s-a produs un fenomen misterios – o „ceaţă" care a cufundat Europa, Orientul Mijlociu şi o mare parte din Asia în întuneric timp de 18 luni. „Căci Soarele şi-a dăruit lumina fără strălucire, ca Luna, întregul an", scria istoricul bizantin Procopius din Cezareea, contemporan cu evenimentele.

În acea vară, potrivit estimărilor meteorologilor moderni, temperatura medie în Europa a scăzut cu 2,5 grade Celsius, declanşând cel mai rece deceniu din ultimii 2.300 de ani. În plină vară, în China a viscolit; recoltele au fost ruinate şi milioane de oameni au pierit de foame.

Cronicile irlandeze amintesc şi ele „lipsa de pâine din anii 536-539". Apoi, în 541 o epidemie de ciumă bubonică a izbucnit în portul roman Pelusium din Egipt. Ceea ce avea să devină cunoscută în istorie drept „ciuma lui Justinian" s-a răspândit rapid, ucigând între o treime şi o jumătate din populaţia Imperiului Bizantin şi grăbindu-i declinul. Sursa acelor „ceţuri enigmatice" a fost multă vreme un mister.

Abia recent specialiştii de la Institutul pentru Schimbări Climatice din cadrul Universităţii Maine au găsit vinovatul: o erupţie vulcanică masivă, produsă în Islanda, care a aruncat un nor de cenuşă asupra întregii emisfere nordice.

Alte două erupţii catastrofale au urmat, în 540 şi 547. Oamenii de ştiinţă au identificat cauza răcirii bruşte a climei, în acea perioadă, analizând mostre de gheaţă din Groenlanda şi Antarctica. Se ştie că atunci când un vulcan erupe, el aruncă în atmosferă sulf, bismut şi alte elemente sau substanţe chimice.

Ajunse în atmosfera înaltă, acestea formează un „văl" de aerosoli care reflectă lumina solară înapoi în spaţiu, provocând răcirea planetei. Coroborând aceste urme chimice din gheaţă cu cercurile copacilor seculari, care relevau, la fel, că verile din jurul anului 540 au fost deosebit de reci, cercetătorii americani au reconstituit evenimentele petrecute, ajungând la concluzia că într-adevăr, anul 536 a declanşat o perioadă de cumplite încercări în special pentru lumea occidentală.

Erupţiile repetate, urmate de ciumă, au aruncat Europa într-o stagnare economică dezastruoasă, care avea să dureze secole întregi.

Astăzi în istorie

29 aprilie 1901

S-a născut împăratul Japoniei, Hirohito

Venit pe lume la palatul Aoyama din Tokyo, ca fiu al împăratului Taisho şi nepot al împăratului Meiji, Michinomiya Hirohito a primit o educaţie aleasă şi a devenit extrem de interesat de domeniul, foarte nou la începutul secolului XX, al biologiei marine, despre care va şi scrie câteva lucrări.

În 1921 a devenit primul prinţ moştenitor al Japoniei care a călătorit în afara ţării, efectuând un lung voiaj prin Europa. În 1924 s-a căsătorit cu prinţesa Nagako Kuni, iar pe 25 decembrie 1926, la moartea tatălui său, va deveni împărat. Domnia sa a fost numită, după tradiţia niponă, Showa („Armonia Luminată"). Deşi lipsit de puterea executivă,

ca împărat, el nu a ezitat să ordone suprimarea unei tentative de puci militar, în februarie 1936.

Istoricii dezbat încă şi astăzi implicarea lui Hirohito în Al Doilea Război Mondial: unii afirmă că acesta s-ar fi opus conflictului cu SUA şi alianţei cu Germania şi Italia, alţii pretind că ar fi fost implicat masiv în politica agresivă a Japoniei. Cert este că în august 1945, când majoritatea liderilor militari ai ţării voiau continuarea războiului, chiar şi după exploziile atomice de la Hiroshima şi Nagasaki, împăratul s-a implicat şi a anunţat capitularea necondiţionată.

Mai mult, în discursul ţinut pe 1 ianuarie 1946, Hirohito a repudiat statutul semi-divin tradiţional al suveranilor niponi. Prin noua constituţie a ţării, redactată de autorităţile americane de ocupaţie, Japonia a devenit o monarhie constituţională.

În 1959, fiul cel mare al împăratului, prinţul Akihito, s-a căsătorit cu o femeie de rând, încălcând o tradiţie veche de 1.500 de ani. În 1971, Hirohito a devenit primul împărat japonez care a călătorit în afara ţării, vizitând iarăşi Europa, ca în tinereţe, iar în 1975 a vizitat Statele Unite (unde a mers chiar şi la Disneyland). La moartea lui, în 1989, a fost urmat la tron de Akihito.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

E bine de ştiut

Dacă dimineaţa dumneavoastră debutează cu savurarea unei cești de cafea comiteţi o greşeală. Greşeala pe care o faceţi este că evitaţi o regulă importantă: în primul rând se ia micul dejun, apoi se savurează „licoarea neagră". Altfel, în timp, riscaţi dobândirea unor maladii precum ulcerul, gastrita, colonul iritabil.

E bine de ştiut că uneori consumul cafelei înainte de micul dejun poate fi asociat şi cu un risc crescut de cancer la colon. Specialiştii ne spun şi argumentează că ora cea mai potrivită pentru cafeaua de dimineaţă este după 9.30. Explicaţia ştiinţifică rezidă în faptul că

Cafeaua şi cortizolul

între orele 8 şi 9 organismul secretă suficient cortizol încât să nu aibă nevoie de alt stimulent în acest interval de timp. Când producţia de cortizol scade, este momentul cafelei de dimineaţă. Nivelul cortizolului mai creşte în mod natural în jurul prânzului, înainte de ora 13 şi în intervalul 17.30-18.30, acestea fiind alte momente ale zilei când cafeaua este inutilă.

E bine de ştiut şi câte cafele se recomandă a se consuma. Pentru unele persoane este suficientă o singură cafea, în vreme ce altele consumă câteva pe zi pentru a se energiza.

Recomandarea specialiştilor este de cel mult 400 mg de cofeină pe zi, echivalentul a trei cești de cafea.

Dozele mai mari pot conduce la risc major de insomnii, de palpitaţii, de tensiune ridicată şi de suprasolicitare a rinichilor. Mai trebuie spus că fiind şi diuretică, organismul se deshidratează dacă nu se consumă o cantitate suficientă de apă.

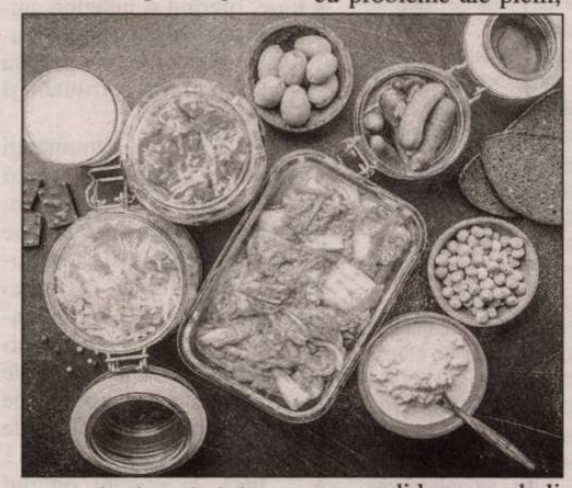
Dr. ANDY ANDREI

Lecţii de nutriţie

Consumul alimentelor cu probiotice în pragul primăverii

Paştele, sărbătoare specială a sufletului nostru, care ne oferă ocazia să petrecem timp de calitate alături de familie şi momente cu o puternică încărcătură spirituală, ne îndeamnă şi la excese alimentare. Şi pentru că traversăm anotimpul primăverii, al revenirii naturii la viaţă, dr. nutriţionist Laura Ene ne sugerează aplicarea aceluiaşi principiu, al revigorării şi în ceea ce priveşte organismul nostru.

În acest context este interesant de ştiut, de exemplu, ce rol au probioticele în sănătatea noastră. Poate vă este deja cunoscut faptul că probioticele sunt esenţiale pentru sănătatea tractului digestiv, pentru că, în timpul şi după curele de antibiotice medicii ne recomandă să luăm şi probiotice. Dar ştiaţi că au multe alte beneficii pentru sănătate şi că pot fi asimilate şi din alimente, nu numai din suplimente?



Dacă ne gândim la evoluţia calităţii mâncării şi a obiceiurilor alimentare, vom constata cu tristeţe că în zilele noastre, din cauza erbicidelor, pesticidelor şi diverselor alte tratamente care se folosesc pentru eficientizarea producţiei, dar şi din cauza refrigerării, alimentele conţin din ce în ce mai puţine probiotice. Mai mult decât atât, conţin mai multe antibiotice, care neutralizează şi bacteriile bune din corp. În lipsa unei cantităţi suficiente de probiotice, vă puteţi confrunta cu afecţiuni digestive, cu probleme ale pielii, cu candidoze, cu boli autoimune şi răceli frecvente.

Printre cele mai importante avantaje pe care vi le oferă o dietă care include alimente probiotice, se numără:

- întărirea sistemului imunitar
- îmbunătăţirea digestiei
- o mai bună absorbţie a nutrienţilor din alimente
- creşterea energiei datorită producţiei de vitamina B12
- respiraţie mai bună
- piele mai sănătoasă
- diminuarea efectelor răcelii şi gripei
- vindecarea bolilor inflamatorii intestinale
- pierdere în greutate.

Meniul de probiotice: 5 alimente-minune

Dacă vreţi să vă bucuraţi de toate aceste beneficii, este timpul să vă împrieteniţi cu Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus bulgaricus, şi alte 5 bacterii cu denumiri complicate, pe care le veţi găsi în lista de alimente de mai jos.

1 ***Chefirul.*** Ca şi iaurtul, acest produs lactat fermentat este o combinaţie unică de lapte şi de boabe fermentate de chefir. Face parte din dieta oamenilor de mai bine de 3.000 de ani, iar termenul provine din zona Rusiei şi a Turciei de astăzi şi înseamnă „senzaţie bună". Are o aromă uşor acidă, datorată celor 10 până la 34 de tulpini de probiotice din compoziţie. Deşi are un gust similar cu al iaurtului, conţine mai multe probiotice, fiind fermentat cu drojdie şi cu mai multe bacterii.

2 ***Murăturile.*** Aceste gustări fermentate sunt, de asemenea, o sursă recunoscută de probiotice. Alegeţi un producător mai mic care utilizează legume ecologice sau pregătiţi acasă propriile murături, bazându-vă pe legumele cumpărate de la producătorii locali.

3 ***Varza murată.*** Varza fermentată este bogată în acizi organici, care îi conferă gustul acrişor plăcut şi ajută la dezvoltarea bacteriilor bune.

4 ***Măslinele.*** Vă recomand măslinele tratate cu soluţie salină pentru că sunt o excelentă sursă de probiotice. Ca şi în cazurile de mai sus, vă sfătuiesc să vă orientaţi către producători mai mici, care aplică principiile agriculturii organice şi promovează conţinutul de probiotice prin produsele lor.

5 ***Oţetul de cidru de mere.*** Acest sortiment de oţet este recunoscut pentru beneficiile dovedite în controlarea tensiunii arteriale, a colesterolului, a diabetului şi chiar pentru pierderea în greutate, dacă vă doriţi să slăbiţi. Folosiţi-l cu încredere ca dressing pentru salatele preferate.

Probioticele vor fi un aliat de nădejde în consolidarea unei relaţii cât mai bune cu corpul dumneavoastră, astfel încât să puteţi primi primăvara integrând în dieta dumneavoastră alimentele care conţin probiotice.

Gastronomice

Tartă cu spanac şi brânză

Aluat fraged cu unt, 400 g de spanac proaspăt sau congelat, 200 g cremă de brânză, 100 g caşcaval ras, 4 ouă, 1-2 fire de ceapă verde, 25 g unt, oregano, sare, piper.

Se topeşte untul într-o tigaie şi se călesc frunzele de spanac până se înmoaie. Apoi se lasă deoparte să se răcească. Între timp se pun într-un castron ouăle, smântâna, crema de brânză, caşcavalul, oregano, sare, piper şi se amestecă bine. La final, după ce s-au omogenizat se adaugă spanacul călit. Se aşază foaia de aluat în tava de copt, se decupează marginile şi se toarnă compoziţia. Se lasă la cuptorul încălzit pentru 25-30 de minute sau până se rumeneşte. Se scoate tava, se lasă să se răcorească puţin şi se presară ceapă verde pe ea.

Friptură de miel cu sos de mentă

2 kg pulpă de miel dezosată, sare, piper, 2-3 linguri ulei.

Pentru sos: ***100 g muştar dijon, 175 g miere, 10 frunze de mentă, 60 ml oţet de vin, sare, piper.***

Se leagă pulpa de miel cu sfoară şi se presară sare şi piper. Se călește într-o tigaie, în ulei încins, pentru aproximativ 6-7 minute pe fiecare parte, până când se rumenește bine. Între timp se pregătește sosul, amestecând toate ingredientele, inclusiv menta tocată mărunt. Se unge bine carnea de miel cu acest sos, apoi se dă pulpa la cuptor pentru o oră, la foc potrivit.

Negresă lipicioasă cu ciocolată

230 g ciocolată neagră, o lingură cu vârf cacao, o lingură cafea instant, 300 g unt, 400 g zahăr, 100 g zahăr brun, 2 linguriţe esenţă vanilie, un praf generos sare, 6 ouă, 150 g făină, 50 g cacao.

Se unge o tavă cu unt şi se tapetează cu hârtie de copt, apoi se unge şi hârtia de copt pe deasupra. Ciocolata neagră se combină cu o lingură de cacao şi o lingură de cafea instant, iar deasupra lor se toarnă untul topit. Se lasă amestecul de ciocolată deoparte pentru câteva minute. Separat, se pun cele 2 tipuri de zahăr, esenţa de vanilie şi praful de sare într-un bol şi se încorporează cele 6 ouă pe rând bătând bine cu mixerul pentru câteva minute, până ce compoziţia se umflă. Se încorporează glazura de ciocolată dată deoparte, cacaua, apoi făina şi se toarnă compoziţia în tavă. Se dă negresa lipicioasă la cuptor pentru 45-50 de minute, la foc potrivit.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Dosarele frumuseţii

Pericolul deshidratării

O piele cu aspect aspru şi un ten cu riduri evidenţiate în mod neplăcut ne atenţionează că nu ne hidratăm suficient. Pielea uscată este semnalul clar că organismul nu poate reface cantitatea de apă necesară pentru a avea o piele catifelată.

Când organismul are suficientă apă, toate sistemele pot funcţiona bine, iar pielea este mai strălucitoare şi mai catifelată. Ce este de făcut? Pe lângă un consum de apă suficient sau renunţarea la fumat, care îşi lasă amprenta asupra tenului, se recomandă folosirea unor produse cosmetice adecvate. Se aplică un ser care să hidrateze tenul în profunzime şi o cremă hidratantă. În final se aplică o cremă cu protecţie UV, care creează un ecran antiultraviolete şi contribuie şi la menţinerea apei în piele. Seara, după demachiere şi aplicarea cremei de noapte, sunt utile şi câteva picături de ulei facial. Tenul va fi mai catifelat, mai bine hidratat, iar ridurile vor fi atenuate.

La fel de utile sunt şi măştile hidratante recomandate în mod special tenurilor uscate. Acestea conţin lapte (sau smântână) şi suc de morcovi. La fel de eficientă este o mască formată din două linguri de brânză de vaci şi două linguri de suc de morcovi. De asemenea, tenurile deosebit de deshidratate reacţionează bine la măştile cu ulei de măsline sau de migdale.

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Oficialităţile conştientizează fenomenul OZN

Săptămâna trecută am prezentat câteva idei dintr-un amplu articol, postat pe site-ul** The Debrief, **la sfârşitul lunii ianuarie 2021 şi scris de Tim McMillan şi Tom Rogan, doi jurnalişti cunoscuţi, specializaţi pe probleme de securitate naţională.

Articolul a fost consacrat speranţei că, în sfârşit, tabuul tradiţional asupra obiectelor zburătoare neidentificate (OZN), numite mai recent fenomene aerospaţiale neidentificate (FAN), ar putea fi treptat eliminat.

Un motiv al optimismului îl constituia faptul că între legile semnate de Donald Trump la sfârşitul anului 2020 se găsea şi o directivă a Comisiei pentru informaţii a Senatului (SSCI), cerând ca directorul serviciului naţional de informaţii, în colaborare cu secretarul apărării SUA şi cu alte agenţii, să prezinte, în 180 de zile de la promulgarea legii (deci la mijlocul anului 2021), un raport cuprinzător, neclasificat, despre „Vehicule aeriene neidentificate".

Riscuri de securitate

Directiva a fost redactată la iniţiativa senatorului Marco Rubio, preşedintele interimar al comisiei. Pe 16 iulie anul trecut el a spus: „Avem lucruri care zboară peste bazele noastre militare şi locurile în care desfăşurăm exerciţii militare şi nu ştim ce sunt, şi nu sunt ale noastre... şi ele prezintă, potenţial, tehnologii pe care nu le avem la dispoziţia noastră – pentru mine este un risc de securitate naţională pe care ar trebui să-l analizăm". Acest „nu sunt ale noastre" este deosebit de semnificativ, deoarece preşedintele SSCI este unul din acel grup mic de parlamentari care, prin lege, trebuie să fie informaţi şi să împartă responsabilitatea de supraveghere, cu cele mai secrete dintre programele de dezvoltare a armelor „negre".

Rubio a mai spus că întâlnirile OZN „au afectat Marina, în cea mai mare parte. Am văzut rapoarte cu privire la acest lucru o bună parte a unui deceniu. Alte ţări au avut rapoarte similare." El a refuzat să speculeze cu privire la originea dispozitivelor, dar când s-a insistat, senatorul a remarcat: „Aş spune, sincer, că ar putea fi de fapt mai bine dacă ar fi ceva din afara acestei planete, ... (decât) un salt tehnologic făcut de chinezi sau ruşi sau de vreun alt adversar".

Într-un alt interviu, realizat pe 27 august 2020, Rubio a incriminat acel stigmat care face ca o mulţime de piloţi nici măcar să nu raporteze întâlnirile FAN. Ei spun: „Vor crede că sunt nebun. Nu am de gând să raportez asta."

La 20 iunie 2019, când vicepreşedintele SSCI, senatorul Mark Warner, a ieşit dintr-un briefing FAN clasificat, s-a oprit în faţa unei camere TV şi a comunicat succint că aceasta nu mai este o problemă de râs: „Eu cred că oamenii iau acest lucru mult mai în serios ... Una dintre concluziile cu care am rămas este că militarii şi alţii iau această problemă în serios, ceea ce cred că în generaţiile anterioare s-ar putea să nu fi fost cazul."

Warner va conduce SSCI în noul Congres. Şi membrii Comisiei pentru servicii armate al Senatului, care au fost informaţi ulterior, au făcut declaraţii sobre, similare.

Generalul de brigadă Richard Stapp, directorul biroului central al Programului de acces special al Pentagonului (adică, sediul programelor „negre"), a spus celor doi autori că obiectele misterioase nu erau legate de tehnologii secrete ale SUA. Declaraţii similare au dat generali ai forţelor aeriene recent retraşi, foşti directori ai CIA şi veterani ai programelor „negre" din Aria 51. Faptul că ei au fost dispuşi să vorbească despre aceste aspecte este o manifestare a neliniştii pe care le-au produs-o imaginile, datele şi analizele la care au avut acces. Au fost forţaţi să recunoască, în consecinţă, faptul că există obiecte aeriene tangibile cu capacităţi remarcabile, pentru care nu se potriveşte nicio explicaţie prozaică şi că cel mai bine ar fi să luăm acest subiect cât mai în serios, cât mai rapid.

Într-un *tweet* din octombrie 2020, Luis Elizondo, fostul director al personalului de management special al programelor naţionale de la Biroul subsecretarului apărării şi omul care ani de zile a condus eforturile DoD de a investiga FAN, a spus: „Am avut pe cei mai buni de la DoD, ca şi din comunitatea de

informaţii, care s-au uitat la aceste videoclipuri", cu referire la înregistrările cu întâlniri OZN ale aviatorilor militari. Există motive să credem – spun cei doi jurnalişti – că senatorii cheie şi un număr din ce în ce mai mare de oficiali din cadrul comunităţilor de apărare şi de informaţii, care deţin autorizaţii înalte, au văzut mult mai mult decât cele trei videoclipuri care sunt cunoscute public la ora actuală. Tot în octombrie, Elizondo a spus: „Am văzut date convingătoare care demonstrează în mod clar realitatea FAN-urilor. Cred că şi unii din Congres au văzut deja aceste dovezi. Probabil de aceea le şi iau în serios".

Şi alte surse ale celor doi jurnalişti susţin declaraţia lui Elizondo. Vorbind cu păstrarea anonimităţii, mai mulţi oficiali guvernamentali cu înalte autorizaţii de acces spun că guvernul SUA are o multitudine de dovezi vizuale neeliberate. Aceasta include fotografii şi videoclipuri capturate pe sisteme de apărare de milioane de dolari, precum şi cu camere personale şi chiar cu telefoane ale piloţilor militari. Se spune că unele imagini au fost făcute chiar şi de la circa 50 de metri de aceste enigmatice dispozitive de zbor.

Aceleaşi surse au recunoscut că directiva SSCI pentru un raport neclasificat şi public cu privire la FAN nu a fost, din păcate, prea bine primită în unele cercuri ale Pentagonului. Aşa că cei doi autori spun că au toate motivele să creadă că va exista o rezistenţă instituţională la furnizarea unui raport neclasificat cuprinzător. Un semn este că, pe 4 ianuarie 2021, persoana care a condus grupul operativ FAN pentru Biroul de Informaţii Navale în ultimii doi ani a fost realocată înapoi în poziţia sa anterioară. În prezent, Task Force-ul FAN este condus de un alt funcţionar din Biroul Subsecretarului Apărării pentru Informaţii (USD (I)). Raţiunea care stă la baza schimbării personalului se bazează pe faptul că grupul operativ nu este finanţat în prezent. Fără sprijin financiar, un grup operativ ale cărui eforturi au fost lăudate de Congres, este redus la detaşări din alte poziţii. Continuând în acest mod, este aproape inevitabil ca Forţa Operativă FAN să moară în cele din urmă încet dar sigur.

Rezistenţă birocratică

Un al doilea motiv de îngrijorare priveşte faptul că grupul operativ FAN este plasat direct în Pentagon, în interiorul biroului USD (I). Din sursele lor, cei doi jurnalişti ştiu că oficialii USD (I) sunt adepţi ai tabuului OZN, oferind o rezistenţă birocratică extremă faţă de subiectul în discuţie.

În ultimă instanţă, modul în care se desfăşoară acest lucru va depinde în mare măsură de atitudinile noului director al serviciilor naţionale de informaţii (post în care preşedintele Biden a numit-o pe apreciata Avril Haines), ale secretarului apărării şi ale altor persoane de vârf în domeniul serviciilor de informaţii şi apărare. Şi va depinde în principal de evaluarea şi curajul politic al noului preşedinte, în responsabilitatea sa de comandant şef. Cei doi jurnalişti spun că nu se aventurează să speculeze cu privire la implicaţiile pe care le-ar putea avea recunoaşterea realităţii FAN, care va perturba în mod cert paradigma în diverse domenii ale activităţilor umane. Oricare ar fi aceste implicaţii, totuşi, liderii politici nu fac niciun serviciu cetăţenilor prin exercitarea unei politici a struţului cu capul vârât în nisip.

Când vine vorba despre întregul „tabu OZN", sondajele actuale arată că, independent de nivelurile de venituri, de mediile educaţionale şi demografice, o treime din toţi americanii cred că „unele OZN-uri sunt nave spaţiale extraterestre". Cei doi jurnalişti consideră că problema nu este dacă acest lucru este adevărat sau nu. Amândoi rămân fermi pe poziţia că pur şi simplu nu ştim ce sunt cu adevărat OZN-urile.

Aceleaşi sondaje arată că 68% dintre toţi americanii cred că guvernul SUA ştie mai multe despre OZN-uri decât recunoaşte. Acest procent reprezintă peste 223 de milioane de americani, cu peste 142 de milioane mai mulţi decât cei care au asigurat recenta victorie prezidenţială. Aparent deci tabuul OZN nu s-ar justifica.

Tim McMillan şi Tom Rogan îşi încheie articolul cu un apel către noul preşedinte Joe Biden, rugându-l să-şi onoreze principiile pe care le-a susţinut, asigurându-se că politicile bazate pe dovezi şi transparenţă sunt aplicate fără teamă sau favorizări şi punând oameni inteligenţi şi nedogmatici în posturile care au atingere cu problema FAN, oameni care să privească curajos în faţă acest tabu OZN vechi de atâţia ani.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Astrologie şi creştinism

La nivelul obişnuit al practicării creştinismului, astrologia este înfierată fără echivoc, plasându-se astfel oarecum pe acelaşi plan cu exorcizarea, vrăjitoria sau cu genul muzical hard rock!

Analizând totuşi raportul dintre cele două domenii care fac parte din viaţa noastră, se cuvine să recunoaştem că ele au poziţii clar diferite, însă pe alocuri se intersectează.

O tradiţie ştiinţifică multimilenară

Astrologia este singura ştiinţă care ţine seama de religie, oferind o imagine amplă în analiza existenţei omului, cu scopul de a-l orienta spre iluminare spirituală şi mântuire.

La fel cum nenumăraţi slujitori ai ştiinţelor, mulţi dintre ei chiar la nivel înalt, poartă în suflet o anume convingere de natură religioasă strict intimă, majoritatea oamenilor bisericii recunosc o autoritate remarcabilă a ştiinţelor în lumea de azi, care nu se situează pe poziţie antagonică faţă de creştinism.

Însă, la nivelul omului de rând, sub bizara autocenzură a simţului ridicolului, de multe ori persoana respectivă – credincioasă sau nu – se poziţionează pe o atitudine de scepticism şi negare faţă de astrologie, chiar dacă în sinea sa are în acest sens o anumită reţinere şi un fel de teamă mai apropiată de superstiţie: „Nu cred în aşa ceva, dar dacă totuşi mi se întâmplă ceva rău, în caz că..."

Unii văd în astrologie un gen de sistem străvechi de colectare a informaţiilor dintr-un univers interconectat, o ofensă pentru Dumnezeu. Civilizaţii precum cea chineză, maya şi hindusă au creat sisteme astronomice elaborate care ar interpreta observaţiile astrologice ca fiind un mod de a prezice întâmplările pământeşti.

Unul dintre cele mai vechi sisteme de astrologie care se practică şi astăzi este ceea ce numim astrologia occidentală. Se presupune că îşi are rădăcinile în Mesopotamia, în perioada secolelor al XIX-lea şi al XVII-lea î.Hr. În cea mai mare parte a istoriei sale îndelungate, astrologia occidentală a fost privită ca o tradiţie ştiinţifică în strânsă legătură cu astronomia, meteorologia, medicina şi alchimia.

Multă vreme, creştinismul şi astrologia au coexistat pentru că preoţii diverselor religii erau şi observatori ai cerului. Aceasta nu înseamnă că nu există critici la adresa astrologiei din perspectiva creştină. Sfântul Augustin credea că astrologia şi creştinismul nu pot fi reconciliate, deoarece aceasta contrazice doctrina creştină a liberului arbitru al omului. Dar ce spune Biblia despre astrologie?

În funcţie de partea din Biblie pe care o citim, astrologia este descrisă fie ca o parte naturală a spiritualităţii, fie ca o ofensă împotriva lui Dumnezeu. Prima menţiune apare în Cartea lui Daniel. Regele Babilonului îi cheamă pe astrologi, printre alţii, pentru a-l ajuta să interpreteze un vis tulburător.

În alte locuri, textul sfânt include avertismente împotriva închinării la corpurile cereşti în locul lui Dumnezeu. Pe de altă parte, una dintre cele mai cunoscute istorisiri din Noul Testament contrazice aceste idei. Relatarea naşterii lui Hristos include un exemplu de utilizare a corpurilor cereşti ca ghid pentru pământeni. Călăuziţi de apariţia unei stele, înţelepţii din Răsărit au fost îndrumaţi să călătorească la Ierusalim.

În timpul Renaşterii, astrologii erau respectaţi şi căutaţi în mod curent de oameni din toate categoriile sociale, de la regi şi regine până la clasele cele mai modeste. În această perioadă, Universul a fost înţeles ca fiind interconectat, astfel religia, magia, ştiinţa şi astrologia coexistând.

În Occident, cele mai înalte personalităţi aveau astrologi de curte, între ei s-au numărat unii dintre cei mai renumiţi astronomi din toate timpurile (Galileo Galilei sau Johannes Kepler) şi totodată astrologia apare în scrieri ale unor mari oameni de spirit (Dante, Shakespeare, Chaucer).

Studierea corpurilor cereşti de către astrologie într-o manieră spiritual-energetică este o practică benefică, aducătoare de cunoaştere şi înţelegere. Astrologia nu se opune niciunei credinţe sau religii, nu le devalorizează, ci vine mai curând în completarea lor.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Necunoscuții strămoși ai omenirii

Dacă există astăzi oameni care ar putea cu-adevărat să lumineze cumva trecutul civilizației noastre pământene, aceștia sunt arheologii și unii aventurieri care „evadează" din litera rigidă a teoriilor și dogmelor științifice. Mari realizări ale trecutului îndepărtat au fost scoase la lumină astfel încât acest „lanț" al descoperirilor insolite nu s-a rupt.

cea mai veche așezare din America de Nord. Tinerii cercetători căutau insula Triquet, situată la circa 300 de mile nord de Victoria.

Un sat mai vechi decât piramidele

Nu cunoaștem foarte multe informații despre oamenii care au populat continentul nord-american în urmă cu mii de ani. Poate de aceea devenim surprinși când aflăm că au fost dezgropate aici vestigii, care nu se află neapărat în acord cu „axiomele" academice.

În 2017, o echipă de studenți ai secției de arheologie a Universității Victoria, din Columbia Britanică (Canada), au descoperit

Ei au găsit cârlige și sulițe antice pentru pescuit, precum și unelte folosite la aprinderea focului. Totuși, „captura de senzație" a fost o vatră de gătit veche, din care au putut recupera fragmente de cărbuni arși de locuitorii preistorici ai acestor tărâmuri.

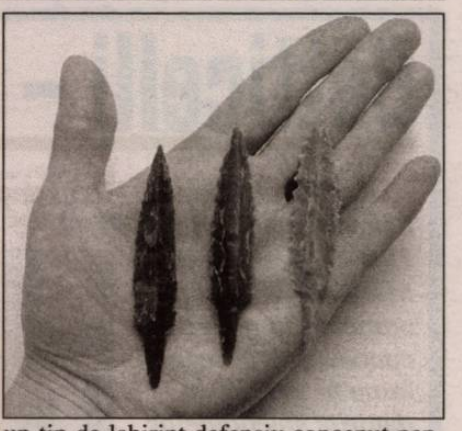
Datarea cu carbon a stabilit că satul a existat acum 14.000 de ani, o vechime incomparabil mai mare decât cea a piramidelor Egiptului antic, care au fost construite acum aproximativ 4.700 de ani. Experții consideră că așezarea descoperită indică faptul că în acea perioadă a avut loc o migrație masivă în zona de coastă a Columbiei Britanice.

Cercetătorii au început să caute eventuale așezări străvechi în zonă după ce au aflat, din tradiția orală a indigenilor Heiltsuk, despre o fărâmă de pământ care nu a înghețat niciodată în ultima eră glaciară. Prin urmare, vorbim despre o puternică evocare a trecutului conservată exclusiv în memoria colectivă de-a lungul multor milenii și a cărei autenticitate a fost confirmată de tinerii arheologi.

Labirintul ritualic danez

La 65 de mile de Copenhaga, pe coasta estică a peninsulei în localitatea Stevns, arheologii danezi au descoperit o structură neolitică bizară – un fel de labirint despre care încă nu sunt siguri dacă era folosit ca fortificație ori ca loc pentru adunări rituale. Labirintul în sine pare să fi fost o incintă palisadă ovală cu suprafața interioară de circa 6.000 m².

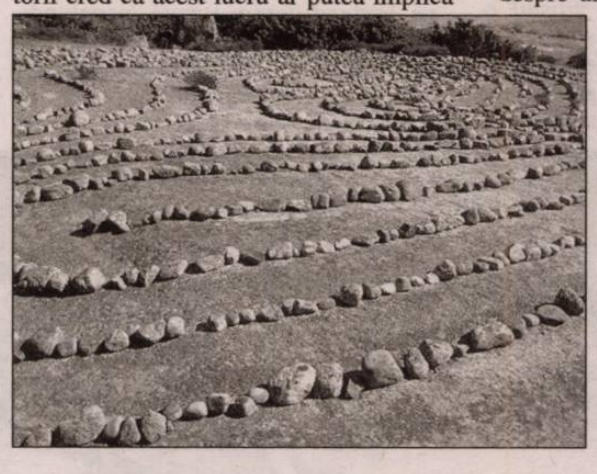
În pofida controverselor și a dificultăților întâmpinate, cercetătorii au descoperit până acum așchii de silex și fragmente de topoare în jurul sitului, sugerând că în labirint s-ar fi putut duce lupte, în vechime. Reconstituită, structura este alcătuită din cinci rânduri de stâlpi, în care se află mai multe deschideri decalate între ele. Cercetătorii cred că acest lucru ar putea implica



un tip de labirint defensiv conceput pentru a încetini și a-i deruta pe intruși. Zona din Damasc unde a fost descoperit situl atheologic nu este cunoscută ca o zonă importantă de putere în acea perioadă astfel că identitatea șefului de trib care a demarat construcția va rămâne necunoscută.

Structurile similare din Europa sunt de obicei însoțite de artefacte care implică prezența templelor (oase de animale arse, unelte, pietre solare), dar acest nou labirint este lipsit de astfel de obiecte. Până în prezent, principalele teorii sunt că acesta ar fi putut fi locul desfășurării unor ritualuri antice sau, ceva mai puțin veridic, o incintă pentru animale.

Versiunea mai plauzibilă rămâne cea despre un spațiu special rezervat pentru eventuale confruntări războinice. Construcția unei astfel de structuri în epoca neolitică a reprezentat un efort fără precedent pentru oamenii acelor vremuri, cu tehnologiile lor limitate, experții estimând vechimea acesteia la aproximativ 5.000 de ani. Aceasta se alătură altor exemple celebre ale unor structuri neolitice la scară similară: megaliții din Insula Paștelui, liniile Nazca din Peru sau ansamlul Stonehenge.



ADRIAN-NICOLAE POPESCU

---

100 *de locuri de văzut în România*

Conacul de la Tescani

La aproximativ 35 km vest de Bacău, pe drumul spre Moinești, pe malurile Tazlăului, la capătul unei alei străjuite de plopi înalți, se află Conacul de la Tescani, în prezent Secția „Dumitru și Alice Rosetti Tescanu – George Enescu" a Muzeului Național George Enescu. Istoria Tescaniului începe odată cu cumpărarea, în anul 1709, de către vornicul Ștefăniță Roset, a moșiei de la care se va trage numele unei

intregi ramuri a familiei: Rosetti-Tescanu.

Iubitoare de cultură și artă, familia Rosetti-Tescanu a făcut din Tescani, de-a lungul timpului, un loc de întâlnire a unor reprezentanți de seamă ai literaturii, picturii sau muzicii. La conacul de la Tescani se va stabili mai târziu urmașa familiei Rosetti-Tescanu, Maria sau Maruca, devenită ulterior prințesa Cantacuzino, după căsătoria cu prințul Mihai Cantacuzino. Un oaspete frecvent al prințesei în conacul de la Tescani a fost George Enescu, care a creat aici opere nepieritoare. În 1947, cuplul Maruca Cantacuzino – George Enescu donează statului român conacul, cu condiția ca acesta să rămână un lăcaș de cultură, dar regimul comunist va înființa aici o crescătorie de găini.

Abia la mijlocul anilor 1970 se redă conacului destinația de așezământ cultural, el devenind loc de creație pentru artiști. Muzeul actual este amenajat în camerele unde au locuit Maruca și George Enescu, păstrându-se chiar o parte din mobilierul familiei.

Pe pereți sunt expuse portrete ale familiei Rosetti-Tescanu și ale celebrului compozitor. În sala George Enescu se găsește vioara Bernardel, primită drept premiu de Enescu la absolvirea Conservatorului din Paris. Tot aici găsim și bagheta de dirijor a lui Enescu. Sala mare a conacului, numită „Sala Oedip" este dedicată activității compozitorului.

Regăsim aici afișe ale premierei operei Oedip, copii ale partiturilor, recenzii ale vremii. De asemenea, există încă pianul la care a cântat George Enescu, un portret al compozitorului realizat de pictorul Grigore Stoenescu și un bust, operă a sculptorului Richard Hette.

De peste patru decenii, la Tescani este organizată o importantă tabără de pictură, desfășurându-se vernisaje, concerte și având loc festivalul „Orfeul Moldav".

GABRIEL TUDOR

Tradiții creștine

Drumul spre Emaus

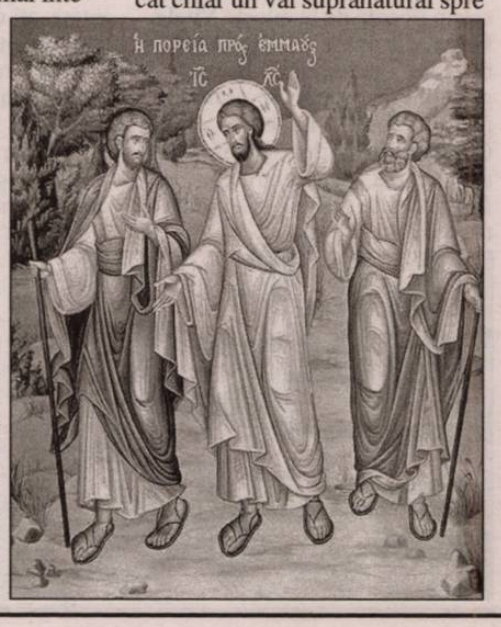
Relatat pe larg în Evanghelia lui Luca și doar amintit în cea a lui Marcu, „Drumul spre Emaus" este simbolul speranței și a încrederii în puterea nebănuită a Mântuitorului.

Se știe că după Înviere Iisus s-a arătat Mariei Magdalena, care l-a văzut și pe îngerul Domnului stând pe piatră, iar apoi femeilor mironosițe. Ea a alergat în Ierusalim pentru a vesti cele întâmplate, iar Mântuitorul i s-a arătat și Sfântului Apostol Petru.

Cea mai frumoasă și mai interesantă dintre aparițiile Sale care au urmat până la Înălțarea Sa la ceruri a fost cea petrecută în drumul spre Emaus, un sătuc aflat la o distanță de circa 12 kilometri de Ierusalim (respectiv 60 de stadii).

Pe acest drum mergeau doi dintre ucenicii lui Hristos, Luca și Cleopa. Cei doi discutau despre crucificarea lui Iisus, despre chinurile Mântuitorului și mai ales despre vestea Învierii. Scrierile sfinte au presupus că primul dintre ei, Cleopa, era soțul Mariei, rude a Sfintei Fecioare, iar celălalt era Luca Evanghelistul sau, după alții, Nathaniel. Localitatea spre care se îndreptau era vestită pentru o fântână cu apă termală și, mai târziu, colonie romană.

Pe când cei doi vorbeau, Domnul Iisus le-a venit din spate și li s-a alăturat pretinzând că merge și el la Ierusalim. Ei nu l-au recunoscut fiind copleșiți de emoție și tristețe. Mântuitorul era îmbrăcat ca un străin și ei l-au luat drept un călător oarecare și se pare că asupra lor a fost aruncat chiar un văl supranatural spre



a nu-L cunoaște. În timpul discuției Iisus li s-a adresat prietenește dar ei și-au exprimat nedumeririle și îndoielile privitoare la Învierea lui și la faptul că nu se arătase tuturor celor ce crezuseră în El.

Mântuitorul le-a arătat sensurile Sfintelor Scripturi și că totul fusese prezis prin profeții și se împlinise.

Vorbind s-au apropiat de locul unde urmau să rămână iar El s-a prefăcut că vrea să plece mai departe, dar amândoi au insistat ca el să rămână cu ei. Mântuitorul a acceptat și, după ce au intrat în casă s-au așezat la masă pentru cină, lăsând Străinului locul de cinste. Amândoi l-au luat drept un rabin foarte învățat fiind fascinați de învățăturile pe care le primiseră pe drum. El a rostit rugăciunile obișnuite în astfel de ocazii după care a rupt pâinea și rupând-o le-a dat-o lor iar celor doi li s-au limpezit ochii și L-au recunoscut. Mântuitorul s-a făcut pe loc nevăzut iar ei și-au amintit căldura cu care le-au fost explicate tâlcurile Scripturilor și, renunțând la odihnă s-au întors în Ierusalim unde au explicat Apostolilor și ucenicilor întâlniți toate cele întâmplate.

Drumul spre Emaus, călătoria celor doi împreună cu Mântuitorul a devenit o temă des întâlnită în iconografie și în operele de artă ale unor vestiți creatori de frumos impregnat de simboluri.

IRINA STOICA

Botticelli – portretul iubirii neîmplinite

Reputatul maestru al Renaşterii italiene Sandro Botticelli (1445-1510), Alessandrodi Mariano Filipepi pe numele său real, este cunoscut în întreaga lume în special datorită splendidelor sale tablouri „Naşterea lui Venus" şi „Primăvara", în care feminitatea ingenuă şi ideea de fecunditate invadează pânza celor două picturi.

El a rămas în conştiinţa iubitorilor de artă drept creatorul unui inconfundabil „canon" de pictare a frumuseţii feminine, a tonalităţilor carnale.

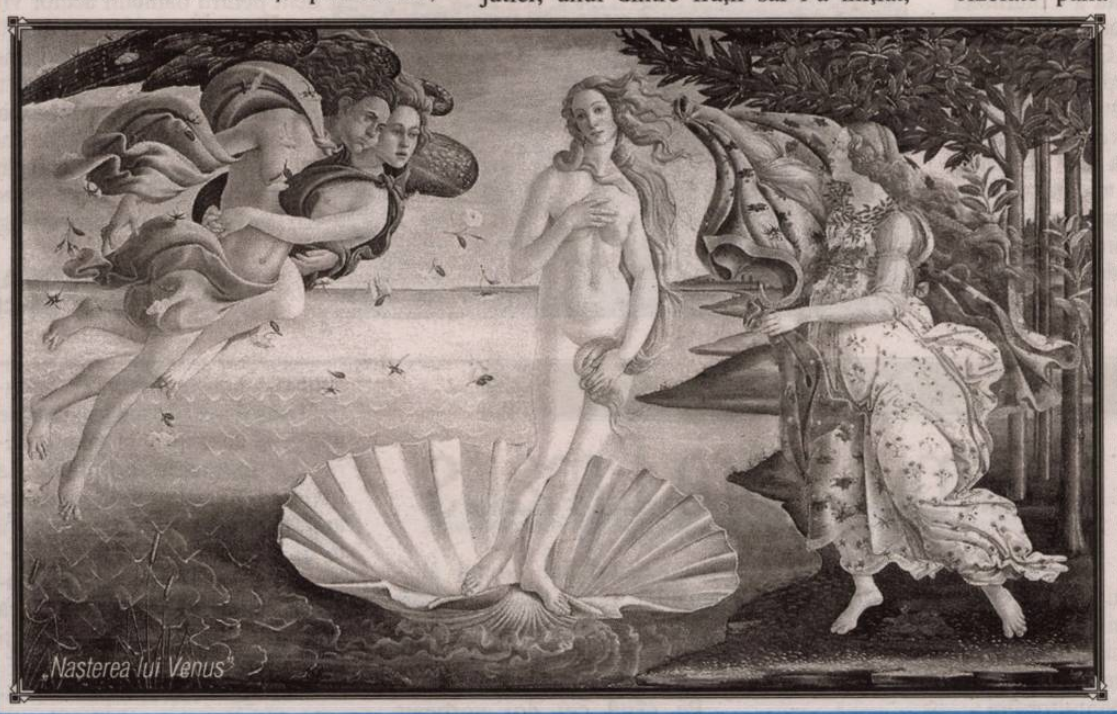
Fineţea angelică a portretelor, atenţia aproape incredibilă pe care artistul o acordă detaliilor traduse în sinuozităţi caline ale contururilor – fie ele umane ori ale naturii aflate în plină germinaţie – transmit o stare de linişte paradisiacă, pe care iubitorii artei, dar şi creatorii de marcă a acesteia au apreciat-o de-a lungul veacurilor la acest neobosit căutător, obsedat de prototipul frumuseţii absolute.

Desigur, vorbim în primul rând despre frumuseţea fizică, însă dincolo de aceasta se poate identifica negreşit acea lumină a spiritului care îl înalţă pe om către sferele celeste.

Poate că Botticelli a fost un perfecţionist întreaga lui viaţă, lucru pe care totuşi nimeni nu-l poate afirma cu certitudine deplină, dar această posibilă latură a personalităţii sale o argumentează în mod evident atât prin pictură, cât şi prin derularea vieţii sale, care nu a fost lipsită de urcuşuri şi de trudă intensă.

Sandro provenea dintr-o familie modestă, însă a fost dăruit cu calităţi deosebite, rareori întâlnite la tinerii de seama sa. Vorbind despre statura inconfundabilă cu care s-a impus în pictură, trebuie remarcat că germenii acesteia s-au aflat în meseria practicată „în familie" – bijutier, unul dintre fraţii săi l-a iniţiat, înainte de a se dedica penelului. Specificul orfevreriilor cărora trebuia să le acorde maximum de atenţie, de pasiune, de abilitate tehnică şi dinamică i-au imprimat în reflexele de artist ideea de perfecţiune a detaliilor. Atenţia pentru contururi, fineţea de filigran a detaliilor cizelate până la dimensiuni microscopice fac din picturile sale infinit mai mult decât elementara aşternere pe pânză a unor forme şi culori guvernate de o minte şi o mână geniale.

„Primăvara"



„Naşterea lui Venus"

Toate acestea însă nu au venit numai din moştenirea genetică şi de la harul divin – incontestabile, ci au avut şansa de a fi descoperite şi stimulate de înaintaşi iluştri ai lui Botticelli. Primele lui pânze de inspiraţie religioasă prezintă caracteristici apropiate de tehnica picturală a celui dintâi îndrumător al său – Fra Filippo Lippi – alături de care a studiat timp de trei ani. Acesta acorda prioritate compoziţiei lineare, precum şi decorului foarte rafinat şi încărcat. O dovadă că Botticelli a rămas în bună măsură apropiat acestui stil este şi preluarea ca discipol, mai târziu, a fiului maestrului său, Filippino Lippi.

Despre atracţia către umaniştii şi neoplatonicienii epocii sale, regăsită în tablourile realizate, s-a scris enorm dar se cuvine şi o privire către latura afectivă a creaţiei non-religioase a lui Sandro Botticelli. Cele două tablouri menţionate la început „mărturisesc" în acest sens aproape totul, cu excepţia detaliilor biografice. În esenţă, este evident că personajele zugrăvite aici au la bază un prototip unic – zeiţe, Madone, tinere femei care invadează natura cea mai curată, toate reprezentând una şi-aceeaşi făptură. Biografii artistului au identificat-o în persoana Simonettei Vespuccio, considerată cea mai frumoasă femeie din Florenţa acelor vremuri.

Căsătorită la numai 15 ani cu Marco Vespucci, ea a devenit iubita lui Julien de Médicis. În acelaşi timp însă şi Botticelli a fost subjugat de frumuseţea ei angelică, dar sentimentele sale s-au materializat doar în schiţarea acelor portrete devenite simbol al iubirii verginale, căci Simonetta s-a stins la numai 23 de ani. A rămas totuşi o efigie a dragostei eterne, sub chipul nelumesc al lui Venus ieşită din spuma mării, învesmântată în lungile sale plete blonde. După ce a murit, marele artist Sandro Botticelli a fost îngropat nu departe de muza sa, alături de care nu a cunoscut niciodată împlinirea iubirii pământeşti.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Gondolierul – simbolul Veneţiei

Fără niciun fel de îndoială, Veneţia nu ar mai avea farmecul şi romantismul datorită cărora a devenit faimoasă în întreaga lume, dacă de pe imaginea sa emblematică ar lipsi un personaj cu totul aparte – gondolierul.

Dacă nu ar exista lunecarea tăcută a suplelor bărci cu unduiri de lebădă, Biserica şi Piaţa San Marco, Palazzo Ducale, fabulosul carnaval sau cele 354 de poduri arcuite graţios peste canale şi-ar pierde cumva din magia cu care ne-a învăluit dintotdeauna.

Gondolierii amintesc de un stil de viaţă plin de farmec, ei reprezentând una dintre cele mai vechi meserii din oraşul lacustru aşezat pe nu mai puţin de 118 mici insule. Cu toate acestea, există încă mult mister în lumea gondolierilor, este o lume în care puţini localnici se pot aventura.

Au trecut mai bine de o mie de ani, de când aceşti boemi ai apelor spintecă oglinda apelor lagunei. Prima atestare oficială este o licenţă de la ducele Vitale Falier, din 1094, în care se referă la un „gondalum". În trecut, gondolierii lucrau în principal pentru familii veneţiene bogate. Cunoscând multe secrete ale aristocraţiei, fapt pentru care au fost trataţi cu respect şi au înaintat pe scara socială.

În zilele noastre, majoritatea clienţilor lor sunt turişti interesaţi de o plimbare romantică pe canale, o evoluţie nu tocmai favorabilă fascinantei ocupaţii. Statistica spune multe: la începutul secolului al XVI-lea erau circa 10.000 de gondolieri în oraş; astăzi activează 433 de gondolieri... cu licenţă oficială a oraşului Veneţia.

Există un profil insolit al profesiei acestui personaj impresionant: „Poţi spune că ştii să stăpâneşti o gondolă atunci când, în timp ce vâsleşti, poţi aşeza un pahar plin cu vin la bord şi nu verşi nicio picătură." Majoritatea copiilor din Veneţia, în special cei din familii de gondolieri, încep să vâslească de la o vârstă fragedă practicând *Voga alla Veneta* – stilul veneţian de canotaj cu origini antice: în picioare şi cu faţa înainte.

Pentru a-şi demonstra abilităţile, gondolierii participă la regate, cea mai cunoscută este „Regata dei Gondolieri" ce are loc de-a lungul canalului Grande în fiecare an de sărbătoarea San Marco (25 aprilie).

Cei care intră în această faimoasă breaslă sunt ataşaţi total şi vor aborda vestimentaţia inconfundabilă a gondolierului. Cămaşa roşie sau albastră cu dungi orizontale şi pălăria de paie, pantalonii de culoare neagră sau albastru închis, pantofii negri şi o jachetă întunecată alcătuiesc o ţinută inconfundabilă.

Cât despre vehiculul acvatic, gondola, aceasta are culoarea neagră, adoptată însă abia din anul 1562. Atunci, dogele Girolamo Priuli a emis o interdicţie privind circulaţia gondolelor colorate al căror decor somptuos era menit doar să impresioneze, astăzi, gondolele colorate sunt folosite doar pentru regate.

Proverbialele cântări romantice nocturne ale gondolierilor care îi plimbă lin pe îndrăgostiţi printre umbrele vechilor clădiri, completează „recuzita" de odinioară a oraşului-lagună, care vreme de opt veacuri, a fost cea mai mare putere maritimă a Europei.

În anul 2010, după 900 de ani de dominaţie masculină, autorităţile din Veneţia au emis prima licenţă de gondolier pentru o femeie, Giorgia Boscolo, în vârstă de 24 de ani, fiica unui gondolier.

NICUŞOR DINCĂ

Tradiţii de Paşte

Învierea Domnului este cea mai importantă sărbătoare a creştinilor care aduce familia împreună şi este plină de obiceiuri strânse de-a lungul sutelor de ani.

◆ *O veche credinţă spune că cei născuţi în ziua de Paşte vor fi plini de noroc.*

◆ *Există credinţa că în noaptea de Înviere se deschid cerurile şi cei răposaţi se întorc acasă pentru a-i proteja pe cei dragi.*

◆ *Credincioşii se întorc acasă cu lumânarea aprinsă de la*

Înviere, care se păstrează în casă şi se aprinde la necaz sau la boală.

◆ *La Înviere oamenii trebuie să poarte o haină nouă simbolizând primenirea trupului şi a sufletului.*

◆ *Este bine ca în noaptea de Înviere să nu se doarmă pentru că acest somn va aduce somnolenţă, ghinion sau recolte slabe.*

◆ *Masa de Paşte trebuie să înceapă cu un ou care va aduce să-*

nătate. Din primul ou ciocnit trebuie să mănânce toată familia pentru a fi mereu împreună.

◆ *Pasca şi anafura sunt considerate tămăduitoare şi se păstrează bucăţele din ele tot anul.*

◆ *În unele regiuni ale ţării în dimineaţa de Paşte credincioşii se spală cu apă în care a fost pus un ou roşu şi o monedă de argint. Astfel, potrivit tradiţiei populare, vor fi roşii în obraji ca oul, tari ca argintul şi vor avea belşug tot anul.*

◆ *În Ardeal, dar şi în Banat şi Bucovina există obiceiul ca a doua zi de Paşte băieţii să „ude" („stropească") fetele, iar acestea să le dea de băut şi să le ofere daruri.*

Biserica Sfântului Mormânt

Aflată în interiorul zidurilor vechii cetăţi a Ierusalimului, Biserica Sfântului Mormânt sau Biserica Sfintei Învieri este cel mai important loc de pelerinaj pentru creştinii din toate colţurile lumii.

Sfintei Împărătese Elena i se atribuie identificarea, în anul 325 a locului răstignirii lui Iisus şi găsirea unor relicve ale crucii după demolarea unui templu aflat acolo, probabil templul Afroditei construit de împăratul Hadrian (76-138 d.Hr.). În anul 326, din porunca Sfântului Împărat Constantin a început înălţarea unei biserici pe locul respectiv. În anul 614 biserica a fost arsă de persani conduşi de Chosroes al II-lea, care au invadat Ierusalimul şi au capturat Sfânta Cruce, şi reconstruită mai târziu de patriarhul Modestus. Distrusă din nou în anul 1009 de fanaticul calif fatimid Al-Hakim bi-Amr Allah şi apoi de cutremurul din 1033, pe acest loc au fost ridicate între 1042-1048 de împăratul bizantin Constantin al IX-lea Monomahul cu permisiunea stăpânirii arabe fatimide, o serie de capele mici.

În secolul al XII-lea cruciaţii au supus edificiul unei reconstrucţii generale. Cu acest prilej, din porunca reginei Melisanda, soţia celui de al treilea rege cruciat al Ierusalimului, Toulques d'Anjou, au fost reunite sub acelaşi acoperiş cele trei locuri sfinte: Golgota, Sfântul Mormânt şi Capela Descoperirii Crucii.

Noul aşezământ a fost inaugurat la 15 iulie 1149 aniversându-se 58 de ani de la cucerirea oraşului de oştirile catolice, biserica devenind cancelaria regatului.

La data de 30 septembrie 1808 biserica a căzut pradă unui incendiu care a afectat grav structura, provocând căderea Rotondei şi sfărâmarea decoraţiunilor exterioare ale Ediculei. Flăcările au distrus camerele de lemn printre care galeria armeană, dar au rămas intacte Capela Descoperirii Crucii, Biserica latină şi o parte din Calvar. Alte pagube însemnate au fost lăsate de cutremurul din 11 iulie 1927 când s-au produs numeroase crăpături, ce au fost evaluate de experţii solicitaţi de autorităţile mandatare britanice şi mare parte din edificiu a rămas o vreme acoperit de schele.

În 1959 s-a încheiat un acord între bisericile catolică, greacă, ortodoxă şi armeană astfel că în 1961, sub administraţie iordaniană, au început lucrările de renovare a bisericii care au durat 15 ani.

În faţa bisericii se află o curte spaţioasă în care se adună pelerini în timpul marilor sărbători şi procesiuni creştine de peste an. Din această curte se pot vedea împrejur mai multe mănăstiri şi paraclise ale ortodocşilor, armenilor şi copţilor (locuitori creştini ai Egiptului).

Piatra Ungerii

Intrarea este marcată de două uşi sub forma unor nave, cu coloane de marmură albă la extremităţi. Una dintre ele este zidită iar pe cealaltă sunt două inscripţii adresate pelerinilor ce invită la închinare în faţa Sfântului Mormânt. În interior, foarte aproape de intrare se află Piatra Ungerii, o lespede din piatră roşiatică aşezată acolo pentru a proteja locul unde a fost depus Iisus după crucificare de către Iosif din Arimateea şi Nicodim, unde trupul Mântuitorului a fost uns cu miresme şi înfăşurat în giulgiu după obiceiul iudeilor. Deasupra plăcii de marmură atârnă mai multe candele, iar mozaicul din faţă prezintă în culori vii tragicul eveniment.

Sus pe scări, în partea dreaptă este Golgota, capela ridicată pe locul unde a fost înălţată crucea pe care a fost crucificat Iisus. Stânca Golgotei, crăpată de cutremur, poate fi atinsă de credincioşi printr-un orificiu al unui disc din aur împodobit cu scene de pe drumul crucii, donat Sfântului Mormânt de către domnitorul român Şerban Cantacuzino.

Cel mai important loc rămâne Cuvuclionul, o construcţie micuţă, în formă dreptunghiulară, cu două încăperi aflate sub cel mai mare dom, recent restaurat. Prima încăpere este Capela Îngerului în centrul căreia se află o bucată din piatra care a fost aşezată la uşa mormântului lui Hristos.

În interiorul său armenii, latinii şi grecii oficiază Sfânta Liturghie şi tot aici are loc slujba Sfintei Lumini în Sâmbăta mare, condusă de Patriarhul Ortodox al Ierusalimului. Este momentul în care, după ce acesta rosteşte rugăciunile, se aprinde Sfânta Lumină care coboară „din cer" de la care el aprinde două candele şi apoi iese din mormânt, oferind lumină mulţimii credincioşilor.

În cea de-a doua încăpere a Cuvuclionului, în partea dinspre apus, se află Sfântul Mormânt, prezentat de o inscripţie interioară ca un purtător de viaţă, într-o altă încăpere de numai doi metri lungime care permite numai câtorva credincioşi să stea în acelaşi timp în interior. În dreapta ultimei încăperi a Cuvuclionului se află o lespede din marmură albă, care protejează locul unde a fost aşezat trupul fără viaţă al lui Hristos.

Iniţial, Sfântul Mormânt se afla în afara cetăţii, dar în anul 41-44 zidurile oraşului au fost lărgite încorporând această zonă sacră, în care s-au petrecut cele mai mari minuni ale creştinităţii, destinaţie vizitată anual de milioane de credincioşi.

Paştele peste timpuri

Cuvântul „Paşte" derivă din traducerea ebraicului „pesah" care înseamnă „trecere". Paştele este o mare sărbătoare religioasă mozaică şi creştină care a fost sărbătorită pentru prima dată în jurul anului 1400 înainte de Hristos, dată la care evreii au părăsit Egiptul cu ajutorul lui Dumnezeu.

Pentru evrei Paştele este sărbătoarea care marchează trecerea lor prin Marea Roşie şi eliberarea din robia egipteană, serbată cu mielul pascal sacrificat şi cu consumarea de azimi, fiind interzisă pâinea dospită. Paştele – sărbătoarea libertăţii, în amintirea evenimentelor relatate în Biblie – este prăznuit la 14 Nisan, data care coincide cu prima Lună Plină după echinocţiul de primăvară.

Pentru creştini Paştele reprezintă Învierea Domnului Iisus Hristos, fiul lui Dumnezeu, între cele două sărbători fiind doar o legătură de nume şi coincidenţă cronologică deoarece Iisus şi apostolii Săi serbaseră la vremea respectivă Paştele evreilor, în anul 33.

În primul şi al doilea secol, Paştele se celebra în ziua morţii lui Hristos, în timpul săptămânii, dar în Occident s-a sărbătorit întotdeauna duminica. Sărbătoarea zilei de Paşti a fost hotărâtă prin Conciliul de la Niceea, Patriarhul Alexandriei urmând să anunţe în fiecare an ziua celebrării Învierii. Biserica Ortodoxă şi cea Catolică au adoptat date diferite, dar amândouă au la bază fenomene astronomice – echinocţiul de primăvară – şi de mişcare de rotaţie a Lunii în jurul Pământului – Luna Plină.

Începând cu anul 1924 Biserica Catolică se raportează însă la echinocţiu după calendarul gregorian în vreme ce Biserica Ortodoxă după calendarul iulian, pe stil vechi.

Desigur că şi obiceiurile sunt diferite de la ţară la ţară, dar ţările ortodoxe respectă simbolul oului roşu, obicei care deşi întâlnit încă din Egiptul antic este învăluit acum într-o serie de legende legate de Răstignirea şi Învierea Mântuitorului.

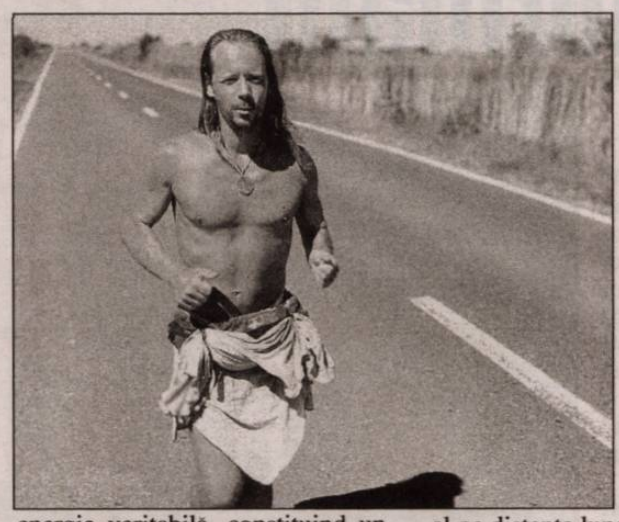
Pagină realizată de
IRINA STOICA
şi
NICUŞOR DINCĂ

Desculţ prin lume

O aventură greu de imaginat în secolul 21 – să călătoreşti mii de kilometri de-a lungul Europei, în tălpile goale, mai ales în condiţiile în care se ştie că una dintre „unităţile de măsură" pentru un globe trotter este... numărul de încălţări tocite.

Totuşi, francezul Florian Gomet, fost profesor de matematică, un explorator extrem şi atlet vegan, şi-a încheiat cu câteva luni în urmă periplul început la Nantes (Franţa) şi terminat în România, pe ţărmul Mării Negre, la Constanţa. Aceasta a însemnat 3.532 de kilometri parcurşi în 88 de zile, întreaga distanţă a fost parcursă de temerarul drumeţ fără un echipament special, fără să aibă bani şi mâncând doar legume şi fructe, numai ocazional primind şi alte alimente de la localnicii zonelor străbătute.

A alergat câte un „maraton" (42,2 km) în fiecare zi, trecând prin Elveţia, Germania, Austria, Slovacia, Ungaria şi Serbia. Hrănindu-se mai ales cu fructe culese din pomi a afirmat că „prin conţinutul lor de zahăr, vitamine şi enzime aduc o



energie veritabilă, constituind un combustibil incredibil pentru alergare, fără să mai am nevoie de multă apă".

Finalul acestei experienţe inedite s-a derulat anul trecut, pe 8 septembrie, prilej cu care a dezvăluit publicului român prezent la ceremonia de primire, secretul performanţei sale.

Renunţarea la încălţări, la bagaj inutil (în jur de 700 de grame de efecte personale!) şi la bani a reprezentat un avantaj, pentru multă lume absolut şocant, privit fiind prin prisma comodităţii omului contemporan, dar Florian Gomet a precizat că din zilele de drum adunate, 80 au însemnat numai mişcare şi doar 8 zile s-a odihnit.

Surpriza pentru supermaratonist a fost mare când a fost felicitat de mama, bunica şi logodnica lui, aduse la Constanţa din Franţa de echipa care l-a filmat. Expediţia sa va fi subiectul unui film la care vor participa Usain Bolt – cel mai mare sprinter din toate timpurile şi Eliud Kipchage, deţinătorul recordului mondial pe distanţe lungi.

Se cuvine să adăugăm că nu a fost singura performanţă de acest fel a fostului profesor. În anul 2015 a traversat continentul nord-american – pe jos, cu bicicleta, cu caiacul şi pe schiuri, succes ce l-a convins că ar putea călători oriunde în lume fără să-şi ia cu el vreun fel de provizii.

Pentru a se antrena, în 2019 a efectuat două săptămâni de „marş fără foame", cum l-a numit el, o lungă drumeţie în munţii din nord-vestul Canadei, pe parcursul căreia s-a „hrănit" numai cu apă de izvor. Cât despre opţiunea sa de a călători pe jos, desculţ, ea a fost determinată de probleme resimţite în zona spatelui după primele aventuri solitare şi o carte din care a aflat că parcurgerea unor trasee lungi încălţat duce la deformări ale picioarelor şi la afecţiuni ale organismului.

Este ori nu real acest aspect e mai puţin important, reţinem recenta lui performanţă, pe care marea majoritate a oamenilor nu ar dori să o probeze pe propriile lor... tălpi!

Oul de Paşte, dar nu pentru căţei!

PDSA, o organizaţie de caritate pentru animale de companie din Marea Britanie îi sfătuieşte pe proprietarii acestora să păstreze bomboanele de ciocolată şi alte alimente potenţial otrăvitoare în aceleaşi condiţii ca şi medicamentele. În cazul de faţă, victimă a fost un simpatic chihuahua în vârstă de doi ani, pe nume Bailey, care trăieşte în casa unei familii din oraşul britanic Chatham.

Stăpâna lui, Tracy, a crezut că poate să-l păcălească pe pofticiosul cu blană, ferind din cale acestuia oul de ciocolată pregătit special pentru Paşte. Totuşi, spre dezamăgirea ei, vigilenţa i-a fost depăşită de un alt amator de dulciuri din casă, fiul ei de şapte ani.

Profitând de neatenţia mamei sale, năzdrăvanul puşti a pus mâna pe delicioasa pradă şi, bucuros nevoie-mare, s-a decis să o ascundă pentru a se bucura mai târziu, în tihnă, de savoarea ciocolatei. Nu a fost însă inspirat în alegerea ascunzătorii, aşezând oul la capătul patului său pe care l-a acoperit cu o pernă, ca şi cum nimic nu s-ar fi întâmplat. Dar, Bailey a adulmecat imediat... dulcea oportunitate şi a mâncat doar jumătate din oul de ciocolată, suficient însă pentru ca stomacul său de căţel să aibe de suferit. Micul hoţ s-a îmbolnăvit destul de grav, fiindcă ciocolata este foarte toxică pentru câini conţinând o substanţă chimică – teobromină.

Starea de letargie în care a căzut Bailey a alarmat-o pe stăpână, care nu şi-a dat seama ce se întâmplase decât după ce a găsit ambalajul rupt al oului de Paşte. Nereuşind să-l facă să-şi revină, Tracy a apelat la PDSA, ai cărui medici au aplicat procedurile medicale, reuşind astfel să-i salveze viaţa pofticiosului. După ce aceasta şi-a revenit, femeia a dorit ca, făcând publică această întâmplare, să-i pună în gardă şi pe alţi posesori de câini ce ar râvni la unele deserturi de Paşte.

Însărcinată... în timpul sarcinii

Gemenii, chiar dacă fizic nu seamănă neapărat între ei „ca două picături de apă", sunt născuţi la un interval scurt unul faţă de celălalt, fiind concepuţi în acelaşi timp. Iată că un caz cu totul senzaţional oferă un gen aparte de „nuanţare" a problemei.

Fraţii Noah şi Rosalie ar putea fi gemeni, ei venind pe lume în aceeaşi zi, dar au fost concepuţi la distanţă de trei săptămâni. Mama lor, Rebecca Roberts, în vârstă de 39 de ani, a rămas însărcinată cu fiica ei Rosalie, când ştia că are deja o sarcină. Fenomenul denumit „superfetaţie", este rar, el apărând la circa 0,3% dintre femei; frecvent, al doilea copil nu supravieţuieşte în timpul sarcinii şi se naşte doar primul.

Rebecca şi partenerul Rhys Weaver, în vârstă de 43 de ani, sunt unii dintre foarte puţinii părinţi din lume care au reuşit să aibă ambii copii născuţi prin superfetaţie, pe 17 septembrie 2020, la spitalul Royal United din oraşul britanic Bath, districtul Somerset.

„Ne simţim cu adevărat norocoşi, oricum este nemaipomenit să avem gemeni, dar să avem gemeni atât de speciali, este minunat, sunt o binecuvântare", a declarat Rebecca. Ea a încercat să afle de ce au apărut gemenii, după ecografia ei de 12 săptămâni, când aflase că deja era însărcinată. Explicaţia este că, aceştia provin din ovule complet diferite, eliberate în momente diferite, fără a fi identici.

„Nici nu ştiam că Rosalie există, chiar medicul meu a considerat uimitoare întâmplarea că Rosalie este încă mai mică decât Noah, dar creşte în fiecare zi". „Erau foarte frumoşi amândoi, dar... mai ales Rosalie... era atât de micuţă, încât scutecul îi venea la subsuori." a mai spus mama, care a născut bebeluşii prin cezariană, la doar două minute distanţă – pe Noah la 12:46 şi pe Rosalie la 12:48.

Gemenii au vârste uşor diferite – au amândoi aproape opt luni şi se dezvoltă bine, cazul lor aflându-se în atenţia specialiştilor ca una dintre cele mai mari diferenţe de vârstă între gemeni de superfetaţie cunoscuţi.

„Spectacol" sângeros

Niciodată în lunga istorie a umanităţii nu au lipsit practicile barbare menite să satisfacă plăcerile unor indivizi cu calităţi umane discutabile. În această categorie intră dresarea unor animale pentru a se bate până la ultima suflare.

În multe ţări – în special din Asia şi America Latină – „combatanţii" sunt cocoşii crescuţi în acest scop şi dotaţi, în timpul confruntării cu un gen de pinteni metalici, veritabile cuţite care, în timpul luptei devin letale pentru „combatanţi", iar în unele împrejurări şi pentru oamenii ataşaţi de spectacolul sângeros.

Saripalli Rao, un bărbat de 50 de ani, stăpânul unui cocoş luptător a devenit victimă, în urma unui incident la care, fără îndoială, nu se aşteptase nicio clipă. S-a întâmplat într-un sat al districtului Karimnagar din statul indian Telangana, unde aproape douăzeci de indivizi au fost daţi în urmărire, după ce au organizat o luptă de cocoşi ilegală.

Una dintre păsări a încercat să scape din mâinile stăpânului său, iar în timp ce se zbătea l-a lovit pe acesta într-o arcadă cu lama ataşată de picior. A urmat o sângerare masivă ce nu a putut fi oprită până la transportarea bărbatului la spital, astfel că acesta nu a mai putut fi salvat.

Luptele între cocoşi au fost interzise în India, în 1960, însă continuă să fie o problemă pentru această ţară potrivit fundaţiei People for Animals, autorităţile ignorând aceste lupte ilegale.

Din păcate, asemenea drame se petrec şi în alte regiuni unde se organizează lupte de cocoşi, cuţitele cu care aceştia sunt echipaţi sunt foarte ascuţite şi măsoară 7,5 centimetri. Cu câteva luni în urmă, un agent de poliţie din Filipine şi-a găsit sfârşitul după ce artera femurală i-a fost secţionată în acelaşi fel, în timp ce încerca să oprească sălbaticul spectacol.

Pagină realizată de ADRIAN-NICOLAE POPESCU şi NICUŞOR DINCĂ

Jerry Seinfeld

cum să ajungi „cineva” cu un serial „despre nimic”

Rareori se întâmplă ca un actor de comedie să aibă atâta succes încât numele lui să ajungă şi denumire de serial şi o marcă a excelenţei în domeniu. Jerry Seinfeld este unul dintre puţinii norocoşi care au reuşit asta.

Înzestrat cu un umor „devastator”, adesea cinic, dar niciodată depăşind limitele decenţei, el şi-a cucerit milioanele de fani cu tenacitate şi răbdare, de la numerele de stand-up în baruri obscure până la serialul a cărui audienţă a depăşit toate aşteptările. Vă vine să credeţi însă că aparent veşnic june prim, Jerry împlineşte chiar astăzi venerabila vârstă de 67 de ani?

În rândurile următoare vă propunem să descoperim – sau să redescoperim, în cazul fanilor înfocaţi – aspecte mai puţin ştiute din viaţa celebrului superstar american, nu înainte de a-i ura un sincer „La mulţi ani şi cât mai multe glume bune!”.

● S-a născut ca Jerome Allen Seinfeld, pe 29 aprilie 1954, într-o familie de origine evreiască – bunicii din partea tatălui erau din Ungaria, cei ai mamei din Siria.

● Când avea 16 ani, a plecat în Israel, pentru a lucra ca voluntar la o fermă agricolă colectivă (kibutz), aşa cum este tradiţia celor de credinţă iudaică. Va reveni după mulţi ani în această ţară, pentru a promova filmul „Bee Movie”.

● În adolescenţă, a primit un rol minor în serialul de comedie „Benson” – al unui poştaş care pe lângă scrisori oferă şi sfaturi comice destinatarilor. Producătorii nu au fost încântaţi de faptul că Seinfeld improviza din plin, aşa că au renunţat la rol. Jerry a descoperit că fusese concediat abia când a citit scenariul unui episod şi a văzut că personajul său nu mai apărea pe nicăieri.

Jerry şi Larry David

● Primul succes în materie de stand-up s-a produs în 1976. Apariţia sa de cinci minute, pe scena unui local din New York, a stârnit hazul clienţilir şi i-a adus o invitaţie de colaborare din partea legendarului actor de comedie Rodney Dangerfield.

● După propria sa mărturisire, momentul de apogeu al carierei sale a fost invitaţia primită de la fostul preşedinte Bill Clinton la Casa Albă. Deşi întâlnirea urma să dureze doar 45 de minute, ea s-a prelungit la aproape două ore, iar preşedintele a râs cu lacrimi de poantele amuzante ale lui Jerry.

● Seinfeld este nu doar un actor foarte talentat, ci şi un scriitor îndrăgit: el a publicat, în 2002, cartea pentru copii „Halloween”, bazată pe amintirile lui din copilărie. Cartea reflectă experienţele trăite de un copil în noaptea de Halloween şi este amuzantă şi bine scrisă. Kramer şi George copii, nu apar însă pe nicăieri!

● Într-un clasament al celor mai amuzanţi actori de comedie ai tuturor timpurilor, alcătuit de telespectatorii postului Comedy Central în 2005, Jerry Seinfeld s-a clasat pe poziţia a douăsprezecea, după nume grele, ca Bill Cosby, Woody Allen şi Roseanne Barr.

● „Seinfeld” nu a fost gândit ca un „serial despre nimic”, aşa cum a rămas în memoria fanilor. În 1988, când producătorul Larry David şi Jerry au mers la postul NBC pentru a propune realizarea unui serial de comedie, ei au dorit să prezinte doar modurile amuzante în care un actor de stand-up îşi găseşte subiectele. „Spectacolul despre nimic a fost doar o glumă dintr-un episod din serial, apărut mult mai târziu, iar Larry şi cu mine am fost surprinşi că această glumă a prins atât de bine la public, deoarece noi ne propusesem tocmai opusul.”

● Fan declarat al ghetelor adidas de culoare albă, Seinfeld este nedespărţit de ele şi la evenimente „cu ştaif”. El are acasă nu mai puţin de 500 de perechi!

● Iar adidaşii nu sunt singurele obiecte pe care le colecţionează: actorul este împătimit după maşini sport şi are 150 de asemenea maşini, dintre care 46 sunt Porsche! În 2016, el a vândut 17 dintre acestea la licitaţie, obţinând suma de 22 de milioane de dolari!

● Un episod mai delicat, care a ameninţat să-i pericliteze cariera, a fost cel al relaţiei sale cu o tânără pe nume Shoshanna Lonstein. La momentul când cei doi au început să aibă o idilă, Shoshanna avea doar 17 ani. Seinfeld s-a apărat, susţinând că nu au avut decât o relaţie platonică până când adolescenta a împlinit vârsta majoratului, dar puţini au crezut asta.

● Seinfeld s-a căsătorit cu scriitoarea americană Jessica Sklar în 1999, după ce cu un an în urmă făcuse cunoştinţă cu aceasta. Jessica l-a întâlnit pe Jerry imediat ce s-a întors din luna de miere, dar s-a îndrăgostit pe loc şi după doar câteva săptămâni şi-a părăsit soţul pentru el!

Jessica Sklar şi Jerry

● Chiar dacă poate părea greu de crezut, Seinfeld a refuzat o ofertă de a relua serialul care l-a consacrat, chiar dacă producătorii îi promiseseră 5 milioane de dolari net per episod – în total 110 milioane. Chiar şi aşa, el are suficienţi bani să trăiască încă o sută de vieţi – doar în 2004 a avut venituri de 261 milioane de dolari.

● Unul dintre copiii lor se numeşte Julian Kal. Este o referinţă nu doar la personajul favorit al lui Seinfeld, Superman (care se numea, de fapt, Kal-El), ci şi la tatăl lui Jerry, Kalman.

Pagină realizată de

GABRIEL TUDOR

PORTRET

Alina Berzunţeanu

Pasionată de filme de când se ştie, Alina Berzunţeanu, născută pe 10 noiembrie 1974 la Bucureşti, a dorit întotdeauna să devină actriţă. Iniţial, părinţii ei s-au opus acestei decizii, dorindu-şi ca ea să facă medicina, dar în cele din urmă şi-au dat acordul pentru ca fiica lor să urmeze actoria.

Talentul ei i-a fost recunoscut de comisia de admitere la Universitatea Naţională de Artă Teatrală şi Cinematografică „I.L. Caragiale”, instituţie pe care a şi absolvit-o în 1997, la clasa renumitului profesor universitar şi regizor Gelu Colceag. Încă din facultate a fost angajată de rectorul de atunci al UNATC, Victor Rebengiuc, alături de alţi colegi de-ai ei, la fel de valoroşi, la teatrul Bulandra.

Pe scena acestui teatru a evoluat mai bine de 15 ani, jucând în zeci de piese, sub bagheta celor mai importanţi regizori de teatru din România, de la Andrei Şerban şi Alexandru Dabija la Liviu Ciulei şi Cătălina Buzoianu. Din 2014 este angajată a teatrului Odeon.

Printre piesele în care a putut fi văzută se numără „O scrisoare pierdută”, de I.L. Caragiale; „Levantul”, de Mircea Cărtărescu; „Hamlet”, de Willliam Shakespeare; „Există nervi”, de Marin Sorescu (toate la Bulandra); „Svejk”, după Jaroslav Hasek; „Slugă la doi stăpâni”, de Carlo Goldoni; „Pescăruşul”, de A.P. Cehov sau „Contra democraţiei”, de Esteve Soler.

A cochetat şi cu cinematografia, jucând în filme apreciate de public şi de critica de specialitate, precum „După dealuri”, regia Cristian Mungiu, „Visul lui Adalbert”, regia Gabriel Achim, „Despre oameni şi melci”, regia Tudor Giurgiu, „Moartea domnului Lăzărescu”, regia Cristi Puiu, Quod erat demonstrandum, regia Andrei Gruzsniczki (prestaţie care i-a adus şi premiul pentru „cea mai bună actriţă în rol secundar” la Premiile Gopo 2015). De asemenea, a evoluat în două seriale îndrăgite de telespectorii români – „Războiul sexelor” şi „Vine Poliţia”, ambele realizate de Media Pro Pictures.

Reviste

Privind Luceafărul de dimineaţă

Am primit recent de la poetul Aurel Maria Baros ultimul număr, din martie, al revistei *Luceafărul de dimineaţă*, revistă de cultură a Uniunii Scriitorilor din România.

N-o mai citisem de multă vreme, cam de pe vremea când a condus-o, 1990-2000, criticul literar Laurenţiu Ulici, deşi îmi aduc aminte, mereu cu plăcere, de debutul meu la revista *Luceafărul* în anii 80, alături de nume mari ale literaturii române, de la Nichita Stănescu la Marin Preda şi Marin Sorescu. Dar ce a fost, a fost, nu mai ţin să mai public la nicio revistă literară, dar alţii încă au această plăcere ludică.

Şi unii o fac cu pricepere şi cu talent.

Uniunea Scriitorilor din România (USR, dar fără nicio legătură cu partidul cu acelaşi nume), se află sub ameninţarea desfiinţării de mai mulţi ani, totul plecând de la iniţiativa unui redus grup de scriitori, şi ei membri USR, care între timp şi-au făcut o altă asociaţie literară, lucru deloc neobişnuit într-o ţară liberă. Numai că ei pretind tot patrimoniul USR şi desfiinţatea ei, deoarece se constituie ilegal drept continuatoarea Societăţii Scriitorilor Români (SSR), înfiinţată în 1908. Această confruntare surdă, cu decizii judecătoreşti, definitive sau mai puţin, îi provoacă scriitorului Varujan Vosganian o atitudine corectă şi pricepută. El scrie în numărul din martie, un *Mic îndrumar al înfiinţării Uniunii Scriitorilor*, din care am extras acest scurt pasaj: *E vorba de un pâlc de autori care îşi caută, zadarnic, rezolvarea crizelor de inspiraţie, jubilând terapeutic la gândul că Uniunea Scriitorilor din România (USR) nu mai există. Şi, ca să vezi, nu de ieri, de azi, nu mai există, ci de mai bine de... treizeci de ani! După opinia acestor autori, una dintre marile izbânzi ale revoluţiei din 1989 a fost desfiinţarea USR. E drept, o izbândă din cale-afară de subtilă, de vreme ce până acum nimeni nu şi-a dat seama de asta. Culmea, nici măcar autorii cu pricina, care, la rândul lor, s-au numărat printre conducătorii, laureaţii sau beneficiarii Uniunii (cică) demult desfiinţate.*

Sunt înşiruite şi motivele legale ale înfiinţării USR drept continuatoarea SSR, dar nu mai insist.

Criticul literar Alex Ştefănescu, pentru o scurtă vreme şi redactor-şef adjunct la revista *Magazin*, publică un scurt eseu despre literatura aluzivă: *Ce anume ne place când cineva ne vorbeşte cu subînţelesuri? Ne flatează, fără îndoială, încrederea pe care ne-o arată vorbitorul. Faptul că se rezumă să schiţeze o idee, să o sugereze constituie cea mai bună dovadă că ne consideră destul de inteligenţi ca să completăm singuri mesajul.*

Aşa se explică succesul literaturii aluzive, mai spune autorul: „Este şi mai sigur succesul, dacă scriitorul se referă la teme de mare interes: *sexualitatea* şi *puterea*. În secolul nouăsprezece, obsesiile principale erau *dragostea* şi *averea*. Ele s-au metamorfozat între timp, s-au radicalizat, dar în esenţa lor au rămas aceleaşi. Le regăsim în operele scriitorilor de pe întreaga planetă”.

Înainte să pun punct, dar voi continua în numărul viitor, să mai notez interesantul dosar literar propus de Linda Maria Baros, poetă şi traducătoare, doctor în literatură comparată la Sorbona, intitulat foarte ambiţios „Poeţilor care schimbă dona”, aflat la al 26-lea volum şi care în martie îi este dedicat poetului irlandez Alan Gillis, născut la Belfast în 1973, poet, critic literar şi profesor de limbă şi literatură engleză la Universitatea din Edinburgh. Iată şi câteva versuri pe care le-am reţinut cu plăcere: *Într-o maşină ca o cometă, trecând mereu pe roşu, gonim spre sălile de aşteptare şi automatele lor. Durează ceva până când anestezicul îţi spală creierul, până când creierul se schimbă-ntr-un stadion şi meciul se amână. Nişte ochi albi şi morţi fixează printr-un geam podeaua sterilizată iar tu te-nalţi ameţit în aceste orbite-n care stelele nu mai dau niciun război.* (Va urma)

GEORGE CUŞNARENCU

Socializare fără riscuri sanitare

Reţelele sociale reprezintă un instrument extrem de util pentru informare şi pentru a ne face existenţa mai agreabilă. Cu o condiţie esenţială: să fie utilizate cu discernământ şi în mod corect.

Nu sunt puţini cei care, primul lucru pe care îl fac dimineaţa este să îşi verifice smartphone-ul, la prima oră, apoi la fel seara, înainte să se culce. Trecerea în mod reflex prin aplicaţiile de socializare a devenit o obişnuinţă greu de eliminat.

În prezent, petrecem în medie 6 ore şi 26 de minute pe zi pe internet, potrivit unor studii de dată recentă. Aceasta reprezintă o creştere de 58 de minute faţă de perioada corespunzătoare din anul trecut, din foarte multe motive. Utilizarea reţelelor sociale în special este şi ea în creştere, rapoartele dezvăluind că YouTube, Facebook şi WhatsApp sunt cele mai utilizate platforme sociale pentru persoanele cu vârste cuprinse între 16 şi 64 de ani.

Dependenţa de comunicarea virtuală poate avea un efect dăunător asupra sănătăţii mintale, afectând totul, de la stima de sine la singurătate, sănătatea creierului şi somn. Totuşi, ce se întâmplă cu beneficiile atunci când sistemul este utilizat cu atenţie? Reţelele sociale înseamnă mult mai mult decât credem.

Pot crea legături reale, pot duce la schimbări pozitive şi pot stimula micro-comunităţi de susţinere. Destul de frecvent însă, ele au o presă proastă şi rareori se remarcă aspectele pozitive. Este uşor să cădeţi în capcana „uciderii timpului", deci e cazul să vă întrebaţi cum puteţi utiliza cu atenţie, eficient, social media? Specialiştii fac astfel de recomandări:

- Trebuie să vă găsiţi o comunitate, un grup sau o pagină de socializare. Găsiţi-vă oameni cu aceleaşi idei, cu care vă puteţi lega şi care vă pot sprijini cu diverse sugestii;
- Promovarea relaţiilor cu oameni reali poate fi cu adevărat utilă şi încurajatoare. Găsiţi conturi care promovează idei pozitive, bunăstarea şi echilibrul. Totodată, eliminaţi conturile care oferă conţinut negativ şi faceţi o pauză de pe reţelele sociale, dacă aveţi nevoie. (Orice exces este toxic şi reţelele sociale pot fi foarte epuizante.)
- Căutaţi modalităţi de a vă asigura că utilizaţi social media cu discernământ.
- Găsiţi conturi care vă inspiră. Umpleţi feedul cu mesaje pozitive şi blocaţi/dezactivaţi conturile care vă epuizează.
- Identificaţi-vă „vocea", identitatea strict personală, neinfluenţată de altele. Dacă aveţi contact cu cineva care are realizări admirabile, spuneţi-i. De asemenea, dacă observaţi „derapaje" de la normalitate, semnalaţi-le în mod civilizat. Va fi şi o garanţie a sănătăţii dumneavoastră şi a partenerilor de comunicare.

Traumele copilăriei, la maturitate

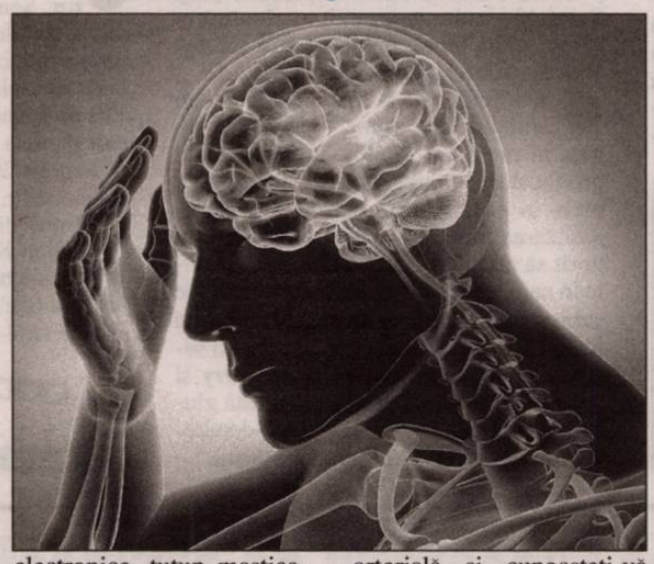
În principiu, ştim că suferinţele din primii ani de viaţă se repercutează – uneori dramatic – asupra adultului de mai târziu. Un studiu al cercetătorilor de la Universitatea din Alberta (Canada) a arătat că evenimentele traumatice sau stresante din copilărie pot duce la modificări minuscule ale structurilor-cheie ale creierului, ce pot fi identificate chiar după decenii.

Este primul studiu care arată că trauma sau maltratarea în primii ani ai unui copil – un factor de risc bine cunoscut pentru dezvoltarea unor condiţii de sănătate mintală, cum ar fi tulburarea depresivă majoră la vârsta adultă – declanşează modificări în subregiuni specifice amigdalei şi hipocampului. Odată ce apar aceste modificări, regiunile afectate ale creierului ar putea să nu funcţioneze la fel de bine, crescând riscul de a dezvolta tulburări de sănătate mintală, ca adulţi, în perioadele de stres.

În total, 35 de participanţi cu tulburare depresivă majoră au fost recrutaţi pentru studiu: 12 bărbaţi şi 23 de femei premenopauzale cu vârste cuprinse între 18 şi 49 de ani. Grupul-martor a inclus tot 12 bărbaţi şi 23 de femei, din aceleaşi categorii de vârstă, sex şi educaţie, dar persoane sănătoase.

Studiul a evidenţiat faptul că anterior „majoritatea lucrărilor privitoare la efectul stresului asupra substructurilor amigdalei şi hipocampice au fost efectuate pe animale", iar testarea directă a modelelor de stres preclinic la om a fost imposibilă până în prezent. Odată ce modificările biologice apar în structurile cerebrale legate de stres, cercetătorii spun că regiunile afectate ale creierului pot deveni „inadaptative" sau disfuncţionale, când oamenii se confruntă cu stresul adulţilor, făcându-i mai vulnerabili la dezvoltarea depresiei sau a altor tulburări psihiatrice.

Cum să evitaţi atacul de cord şi AVC-ul



Organizaţia Mondială a Sănătăţii estimează că 80% din atacurile de cord premature şi accidentele vasculare cerebrale (AVC) pot fi prevenite. Alimentaţia sănătoasă, activitatea fizică regulată şi neutilizarea produselor din tutun sunt cheia prevenţiei.

Verificarea şi controlul factorilor de risc pentru bolile de inimă şi AVC, cum ar fi hipertensiunea arterială, colesterolul ridicat şi glicemia crescută sau diabetul sunt şi ele foarte importante. Abordaţi o alimentaţie sănătoasă: dieta echilibrată este crucială pentru o inimă şi un sistem circulator sănătoase.

Aceasta ar trebui să includă multe fructe şi legume, cereale integrale, carne slabă, peşte şi leguminoase; apoi – consum restricţionat de sare, zahăr şi grăsimi. Alcoolul trebuie, de asemenea, utilizat cu moderaţie. Prin urmare:

- ***Faceţi activitate fizică regulată;*** minimum 30 de minute pe zi ajută la menţinerea capacităţii cardiovasculare optime; cel puţin 60 de minute în majoritatea zilelor săptămânii ajută la menţinerea unei greutăţi sănătoase.
- ***Evitaţi consumul de tutun,*** care, sub orice formă, este foarte dăunător sănătăţii (ţigarete, trabucuri, ţigări electronice, tutun masticabil). Fumatul pasiv este, de asemenea, periculos. Riscul de infarct miocardic şi AVC începe să scadă imediat după ce o persoană renunţă la fumat şi poate scădea până la jumătate după un an.

- ***Verificaţi şi controlaţi riscul cardiovascular general.*** Un aspect important al prevenirii este oferirea de tratament şi consilierea persoanelor cu risc crescut (cei cu un risc cardiovascular de 10 ani egal sau mai mare de 30%) şi reducerea riscului cardiovascular.
- ***Controlaţi-vă tensiunea arterială:*** când e ridicată, nu are de obicei simptome, dar constituie una dintre cauzele majore de AVC brusc sau atac de cord. Verificaţi tensiunea arterială şi cunoaşteţi-vă limitele normale. Dacă este ridicată, va trebui să vă schimbaţi stilul de viaţă (dietă sănătoasă cu un aport mai mic de sare) şi să amplificaţi activitatea fizică; dar e posibil şi să aveţi nevoie de medicamente pentru a vă controla tensiunea arterială.
- ***Verificaţi-vă lipidele din sânge;*** creşterea colesterolului şi a lipidelor anormale din sânge măreşte riscul de atacuri de cord şi AVC. Colesterolul din sânge trebuie controlat printr-o dietă sănătoasă şi, dacă este necesar, prin medicamente adecvate.
- ***Cunoaşteţi-vă glicemia:*** creşterea acesteia (diabet) măreşte riscul atacului de cord şi de AVC. Dacă aveţi diabet, este foarte important să vă controlaţi tensiunea arterială şi glicemia pentru a minimiza riscul.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

O afecţiune „domestică"

Dermatita de contact este un tip de eczemă declanşată de contactul cu o anumită substanţă. (Eczema reprezintă un grup de afecţiuni ce determină uscarea şi iritarea pielii.) Dermatita de contact – DCt – se vindecă complet dacă substanţa care a cauzat problema este identificată şi evitată, dar există şi tratamente pentru a uşura simptomele.

Această afecţiune produce mâncărimi ale pielii, vezicule, anumite zone uscate şi crăpate. Pielea mai deschisă la culoare poate deveni roşie, iar pielea mai închisă poate deveni maro închis, violet sau gri. Această reacţie apare de obicei în câteva ore sau zile de la expunerea la un iritant sau alergen.

Simptomele pot afecta orice parte a corpului, dar cel mai frecvent mâinile şi faţa.

Pentru tratare, farmacistul poate recomanda tratamente precum emolienţi (hidratanţi), aplicaţi pe piele pentru a opri uscarea. Dacă însă aveţi simptome persistente, recurente sau severe de DCt, consultaţi un medic. Acesta va încerca să identifice cauza şi să sugereze tratamente adecvate. În cazul nerezolvării mai rapide a problemei, vă poate îndruma către un specialist în tratarea afecţiunilor pielii (dermatolog), pentru teste suplimentare, dacă: - substanţa care a cauzat DCt nu poate fi identificată; - simptomele nu răspund la tratament.

Dermatita de contact poate fi generată de un iritant sau de un alergen. Cel mai frecvent, în cauză sunt iritanţi precum săpunuri şi detergenţi, solvenţi sau contactul regulat cu apa. Dacă puteţi evita cu succes iritanţii sau alergenii care declanşează simptomele, pielea vă va lămuri în cele din urmă. Cu toate acestea, vi se poate recomanda să utilizaţi: emoliente (creme hidratante aplicate pe piele pentru a opri uscarea acesteia) sau corticosteroizi topici (unguente şi creme cu steroizi aplicate pe piele pentru ameliorarea simptomelor severe).

Cel mai bun mod de a preveni DCt este evitarea contactului cu alergenii sau cu iritanţii care provoacă simptomele. Dacă nu puteţi evita contactul, puteţi lua măsuri pentru a reduce riscul ca alergenii sau iritanţii să provoace simptome, inclusiv curăţarea pielii, folosirea mănuşilor, schimbarea produselor care vă irită pielea, aplicarea de emolienţi frecvent şi în cantităţi mari; puteţi utiliza, de asemenea, înlocuitori de săpun emolient, mai degrabă decât săpunuri obişnuite sau lichide, care vă pot usca pielea.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Credința poate „muta” munții, afirmă medicina energo-informațională

Ce se întâmplă după moarte? Moartea este încheierea unui ciclu. Moartea nu este contrariul vieții, ci nașterea este contrariul morții. Viața este veșnică. Oamenii nu mor pentru că au îmbătrânit, ci mor pentru că au încetat să mai ia hotărâri. Moartea este o retragere a conștiinței, asemănătoare cu retragerea atenției de la un loc și îndreptarea atenției spre alt loc.

Moartea este ceva ce nu ar trebui să ne sperie. Este încheierea unui ciclu, pentru că numai corpul material moare, sufletul trăiește mai departe. Sufletul este ceea ce suntem, identitatea conștiinței noastre.

Cancerul a devenit „fantoma” timpului nostru. Sigur că fiecare speră să nu fie confruntat cu o astfel de problemă și împinge acest gând departe. La un control medical se poate constata totuși că este posibilă existența unui cancer în organism. Automat ne cuplăm la gândirea generală de frică sau panică.

La diagnosticul cancer este și medicina clasică de cele mai multe ori fără putere, cu toate că aici intervine cu „artileria ei cea mai puternică (chimio sau radioterapie). Criticii acestor metode tehnice și chimice spun că se tratează numai simptomul nu și cauza bolii. Operațiile îi mutilează, radiațiile îi ard și chimioterapia îi intoxică. Urmările, un sistem imunitar total slăbit.

Pacienții devin nesiguri și realizează pe ce gheață subțire se mișcă. Intră în acțiune frica de moarte.

Oamenii se îndreaptă în cele mai multe situații spre cea mai înaltă instanță: Dumnezeu, puterea universală. Mulți dintre ei au o încredere totală că se vor face bine, vin cu o încredere foarte mare, care le dă o putere internă de a se confrunta cu boala.

Un exemplu din practică: M. (bărbat) 65 ani. La un control de rutină analizele de sânge au evidențiat o valoare PSA (prostate specific antigen) mărită, care înseamnă în urologie un posibil cancer de prostată, iar controlul RMN a concluzionat: cancer de prostată. Desigur, mai departe, urologul îl trimite pe pacient să facă o biopsie. Diagnosticul final: cancer de prostată. Pentru pacient a fost o lovitură directă în față. Desigur că a intrat într-o stare de panică, de alertă, panică colectivă atunci când pacientul aude diagnosticul: cancer, propus imediat pentru operație.

Pacientul a plecat îngândurat spre casă, cu gândul disperat: unde să mă duc, ce ar trebui să fac mai întâi? În drum spre casă i-a apărut o bisericuță pe lângă care a trecut de multe ori, dar nu a intrat niciodată în lăcașul sfânt. De data asta a simțit dorința arzătoare să intre, să se roage. A început să vină în fiecare zi la această bisericuță unde, la una din icoanele Maicii Domnului a simțit el că icoana îl atrage ca un magnet și că aici își poate deschide sufletul împietrit de groază. După aproximativ o oră de cufundare în rugăciune, a simțit că icoana îl ascultă și îl ajută în credința lui că se va face bine.

Rugăciunile lui au început să fie concrete: 1) Sfântă Maică Maria, ajută-mă ca operația să decurgă cu bine; 2) Te rog ajută-mă să mă vindec de toate rănile interne și externe după operație; 3) Te rog din suflet ajută-mă să dispară cancerul complet din corpul meu. Îți mulțumesc, AMIN. La plecare a mai aprins 3 lumânări, fiecare lumânare încărcată energetic cu una din dorințele lui.

Câteva ore mai târziu după părăsirea lăcașului sfânt care este mereu încărcat cu energia multor oameni care se roagă sau mulțumesc sincer, o energie pozitivă binefăcătoare de secole s-a simțit mult mai relaxat și încrezător în vindecare.

Sigur că mulți vor spune că aici este de fapt autosugestie sau chiar o pierdere de vreme! Eu cred că dacă această cufundare în rugăciune, care este de fapt un training cu tine însuți, îți poate aduce încrederea că te vei vindeca, este binefăcătoare și ar trebui încurajată. „Credința poate muta munții”, încrederea că te face bine este transmisă corpului prin psihic. Totul este posibil în viață când suntem convinși că putem. Această informație emoțională este transmisă printr-un neurotransmițător corpului, care acționează un comutator ce deschide drumul spre vindecare.

Dr. med. Turner (SUA) este cercetătoare în domeniul îmbolnăvirilor de cancer. A urmărit timp de peste 20 de ani, pacienții care s-au vindecat total de cancer. Toți cei intervievați au recunoscut aplicarea și a altor metode alternative, dar la fiecare încrederea câștigată că se va face bine, a fost prezentă.

Dr. med. Turner recomandă pacienților care au fost diagnosticați cu cancer următoarele: ● alimentația trebuie schimbată radical ● control frecvent al stării de sănătate ● să-ți asculți propria intuiție ● suplimente alimentare puse pe tehnologia punctelor cuantice ● să îți exprimi emoțiile ● să-ți întărești emoțiile pozitive ● să accepți contactele sociale pozitive și să le elimini pe cele negative ● să-ți fixezi motive puternice pentru care trebuie și merită să trăiești ● să-ți întărești spiritualitatea.

Medicina energo-informațională, o medicină modernă, conform timpului pe care îl trăim, vine în folosul nostru cu terapii de echilibrare energetică și readucere a corpului înapoi în propria balanță, fără durere, fără chimie, atât pentru copii, cât și pentru persoane adulte, indiferent de vârstă.

Numai un om în echilibru energetic poate să fie și într-un echilibru spiritual. Readucerea comunicării energetice în organism printr-o terapie personalizată la nivel de celulă, organ, sistem este o binefacere pentru pacient. Iar pe pacienții care au trecut prin chimio sau radioterapie îi susținem printr-o detoxifiere la nivel celular de eliminare rapidă a noxelor toxice lăsate de aceste terapii invazive în corp.

Deblocarea chakrelor energetice și a meridianelor energetice, detoxifierea la nivel celular, susținerea energetică a corpului în eliminarea la timp a celulelor uzate, restabilirea imunității și a metabolismului corpului, sunt numai câteva dintre terapiile pe care ne focusăm.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informațională, membră a Societății Naturiștilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

Pentru mai multe informații accesați:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital București,
Calea Vitan nr. 28, sector 3

PUBLICITATE

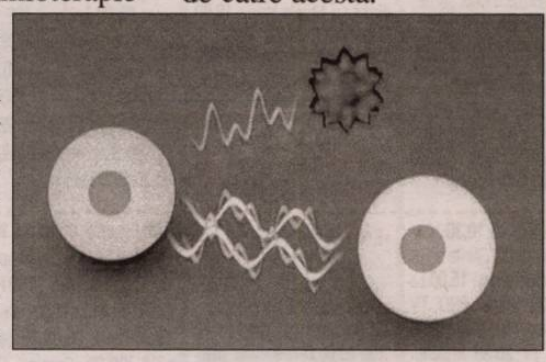
Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunității înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecțiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar și copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intrușilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acțiune când un „intrus” a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit și a fost memorat de către acesta.



TERAPIA 4W
– zidurile de apărare a imunității înnăscute!

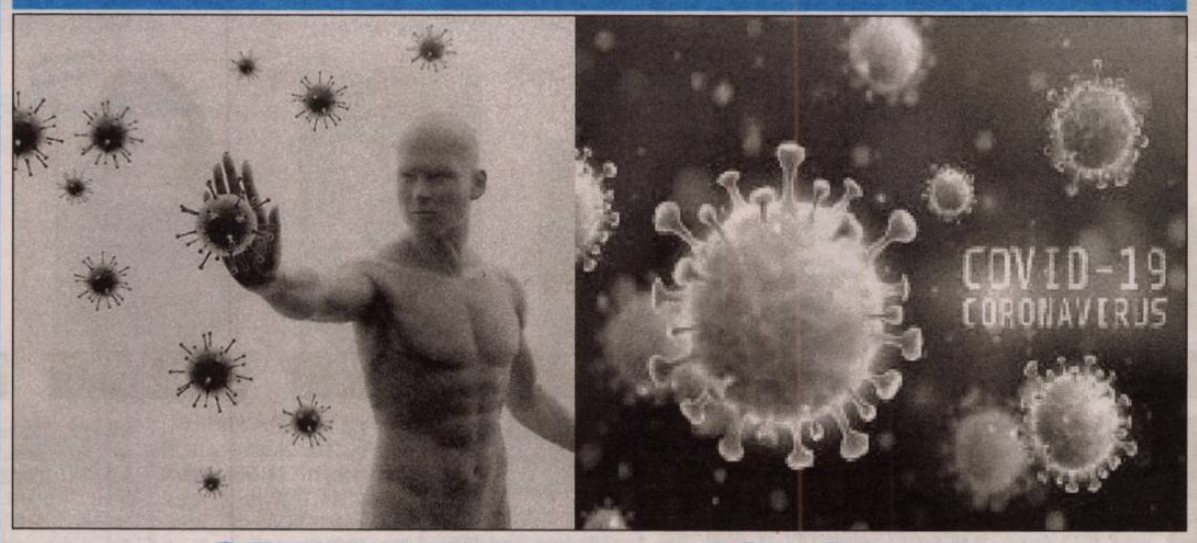
Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvențelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia este în ofertă până la data de 31.05.2021

4 ședințe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitate în 2 rate.

NOU LA DERMAVITAL!



OFERIM TERAPIA POST COVID
pentru complicațiile ce apar la persoanele care au fost infectate cu Covid-19

și

TERAPIA DUPĂ VACCIN
pentru evitarea apariției reacțiilor agresive în urma vaccinului

Revista „Magazin” nu își asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor terapii!

PUBLICITATE

LUNI – 3 mai

TVR 1
6.40 Film: „Blestemul Penelopei" (r) 8.30 Film: „Bernie, un delfin special 2" 10.15 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 La masa de Paşti (r) 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Serial: „Dragul de Raymond" 20.50 Destinaţia Eurovision 21.10 POVESTEA LUPILOR cu Lupii lui Calancea, surorile Osoianu 22.20 Film: „Pumnul asasinului" (Regatul Unit, 2014). Cu: Mike Moh 0.00 Telejurnal 0.45-5.10 Reluări.

PRO TV
5.30 Film: „Ali Baba şi cei 40 de hoţi II" (SUA, 2007) 7.30 Film (r) 9.30 Film: „Sunt un mic ticălos 3" (SUA, 2017) 11.15 Film (r) 13.15 Film: „Aladdin" (r) 15.45 Film: „Operaţiunea Ham-Ham" (SUA, 2018) 17.45 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Românii au talent 23.00 Film: „1000 post Terra" (SUA, 2013). Cu: Jaden Smith 1.00 Ştirile PRO TV 1.15 Film (r) 3.30 Film: „Show Dogs" (r) 5.00 Ce spun românii (r).

antena 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuţite 0.00 Observator 0.30 Legendele cu Dan Negru 2.30 Observator (r) 3.30 Poftiţi pe la noi: Poftiţi la Nea Mărin! (r).

PRIMA TV
7.00 Amintiri din copilărie 7.30 Film d.a.: „Lanterna Verde" 9.00 Film: „MA-MA-fantastic" (r) 11.00 Film: „Fetiţa şi vulpea" (Franţa, 2007) 13.00 Film: „Comoara din spatele cărţilor" (SUA, 2006) 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniţii" 20.00 Film: „Glasul sângelui" (SUA, 2015). Cu: Jean Claude Van Damme 22.30 Film: „Orfelinatul" (Spania, 2007) 1.00 Exclusiv VIP (r) 3.00 Film: „Glasul sângelui" (r) 5.00 Film: „MA-MA-fantastic" (r).

PRO 2
5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „La uşa ta, iubirea" (r) 9.15 Serial (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă". Cu: Aracely Arambula 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Gala umorului (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.10 Film: „Păcală" (r) 15.20 Între cer şi mare 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 Glumeţii 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 19.40 Blândul păstor 20.00 Câştigă România! 21.00 Reţeaua de idoli (r) 22.00 Festivalul de circ de la Monte-Carlo 23.50-5.30 Reluări 5.55 Poate nu ştiai.

PRO CINEMA
5.30 La Măruţă (r) 7.30 Film: „Picture This" (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „The Boss Baby" (r) 14.00 Film: „Miracles from Heaven" (r) 16.15 Film: „The Boxtrolls" (r) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Umbra vulturului" (SUA, 1978). Cu: Jackie Chan 22.30 Film: „Identitate" (SUA, 2003). Cu: John Cusack, Ray Liotta, Amanda Peet 0.30-4.00 Reluări.

MARŢI – 4 mai

6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediţie specială 13.30 Pofticioşi, la cratiţă! 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.25 Serial: „Dragul de Raymond" 19.30 Pe datorie 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.10 Film: „Ferma animalelor" (coprod., 1954) 0.00 Telejurnal 0.45-6.05 Reluări.

6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Şef sub acoperire 22.30 Film: „Foc încrucişat" (SUA, 2001). Cu: Steven Seagal, DMX, Isaiah Washington 0.30 Ştirile PRO TV 1.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuţite – sezon nou 0.00 Observator 0.30 Film: „Cum să fii amantu' la femei" (SUA 2017). Cu: Eugenio Derbez, Salma Hayek 2.30 Observator (r) 3.30 Poftiţi pe la noi: Poftiţi la Nea Mărin!

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniţii" (r) 20.00 Film: „Spectacol mortal" (SUA, 2009). Cu: Dolph Lundgren 22.00 Focus 22.30 Starea naţiei 23.30 TÂLCtalk 0.00-6.00 Reluări.

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr şi neliniştit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei 5.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" (r).

7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Mystic" 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Cap compas (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: trei dormitoare şi un cadavru" (Canada, 2015) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 Glumeţii 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câştigă România! 21.00 Destine ca-n filme 22.00-0.00 Reluări 1.00 Primăvara amintirilor 2.00 Revizie tehnică.

6.00 La Măruţă (r) 8.00 Film: „The Boxtrolls" (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film: „Dog's Way Home" (r) 14.30 Film: „Peter Rabbit" (r) 16.15 Film: Pentru prima dată" (SUA, 1952). Cu: Robert Cummings, Barbara Hale 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Foc sângeros" (Canada, 2006) 22.15 Film: „Cu orice preţ" (SUA, 2012). Cu: Dennis Quaid, Kim Dickens 0.15-3.45 Reluări.

MIERCURI – 5 mai

6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 România veritabilă (r) 13.00 Ediţie specială 13.30 Pofticioşi, la cratiţă! 14.00 Telejurnal 15.10 Convieţuiri 16.50 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.00 Serial: „Dragul de Raymond" 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Microbist de România 23.00 Serial: „Blochin: La graniţa legii" 0.00 Telejurnal 0.45-5.55 Reluări.

6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Imperiul leilor 22.30 Film: „Nomadul" (coprod., 2005). Cu: Kuno Becker, Jay Hernandez 0.45 Ştirile PRO TV 1.15 Film: „After Earth" (r) 2.45 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 iUmor 23.00 Divertisment: mai mult iUmor, cu Vlad Drăgulin 23.15 Observator 23.45 Film: „Insurgenţi" (SUA, 2015). Cu: Shailene Woodley, Kate Winslet 2.00 Revizie tehnică 5.00 Băieţi de oraş.

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniţii" 20.00 Cronica Cârcotaşilor 22.00 Focus 22.30 Starea naţiei 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 4.00 Serial: „Trăsniţii" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea naţiei (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr şi neliniştit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

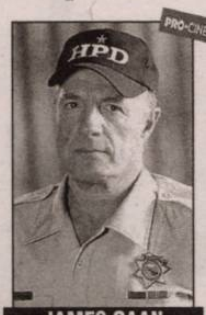
7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Mystic" 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: trei dormitoare şi un cadavru (partea a II-a) 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 Glumeţii 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câştigă România! 21.10 Film: „Secretul mamei" (Canada, 2012) 23.00-5.05 Reluări 5.55 Poate nu ştiai.

6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film: „The First Time" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Picture This" (r) 14.45 Film: „Despicable Me 3" (r) 16.30 Film: „Inimă de dragon: Un nou început" (SUA, 2002). Cu: Christopher Masterson 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Supectul" (SUA, 2002). Cu: James Caan 22.30 Film: „Creatura" (SUA, 2001). Cu: Rufus Sewell 0.30-4.00 Reluări.

DOLLY WELLS
– vineri, 21.10 –

CHRISTIAN BALE
– duminică, 22.15 –

SALMA HAYEK
– marţi, 0.30 –



JAMES CAAN
– miercuri, 20.30 –

ARACELY ARAMBULA
– luni-duminică, 19.00 –

JEAN CLAUDE VAN DAMME
– luni, 20.00 –

JANE SEYMOUR
– sâmbătă, 20.10 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 6 mai

6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 România veritabilă (r) 13.00 Ediţie specială 13.30 Pofticioşi, la cratiţă! 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Handbal: CSM Bucureşti – Rapid Bucureşti 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Dispăruţi fără urmă 23.00 Serial: „Blochin: La graniţa legii" 0.00 Telejurnal 0.45-5.55 Reluări.

6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Film: „Banditele" (coprod., 2006). Cu: Penélope Cruz, Salma Hayek 23.30 Ştirile PRO TV 0.00 Film: „Exit Wounds" (r) 1.45 Lecţii de viaţă (r) 2.45 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 22.25 Observator 23.00 Burlacul 2.00 Acces direct (r) 4.00 FIlm: „Insurgent" (r).

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniţii" (r) 20.00 Film „Misiune de salvare" (SUA, 2021). Cu: Serinda Swan 22.00 Focus 22.30 Starea naţiei 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film „Misiune de salvare" (r) 4.00 Serial: „Trăsniţii" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea naţiei (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr şi neliniştit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuăra" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial (r) 16.00 Seial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Mystic" 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Natură şi aventură (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: Casa familiei Julius" (Canada, 2015) 16.00 Handbal: Măgura Cisnădie – HC Zalău 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câştigă România! (r) 21.10 Film: „Secretul mamei" (Canada, 2012) 23.00-5.05 Reluări 5.55 Poate nu ştiai.

6.00 La Măruţă (r) 8.00 Film: „Dragonheart: A New Beginnning" (r) 9.45 Serial (r) 12.15 Film: „The First Time" (r) 14.15 Film: „Show Dogs" (r) 16.00 Film: „Picat din cer" (SUA, 1998) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Răpite în Cleveland" (SUA, 2015). Cu: Taryn Manning, Raymond Cruz 22.15 Film: „Nebraska" (SUA, 2013). Cu: Bruce Dern 0.30-4.15 Reluări.

VINERI – 7 mai

6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 România veritabilă (r) 13.00 Ediţie specială 13.30 Europa mea 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Handbal: Gloria Bistriţa – SCM Râmnicu Vâlcea 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Misterele adevăratului Sherlock Holmes: doctorul Bell şi domnul Doyle" (Regatul Unit, 2000). Cu: Ian Richardson, Dolly Wells 23.00 Microbist de România (r) 0.00 Telejurnal 0.45-5.00 Reluări.

6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Românii au talent 23.00 Film: „Grimsby" (SUA, 2016). Cu: Sacha Baron Cohen, Mark 0.45 Film: „Nomad: The Warrior" (r) 3.30 Lecţii de viaţă (r) 4.15 Vorbeşte lumea (r).

6.00 Observator 8.00 Divertisment: 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Film: „Echipa de şoc" (SUA, 2010). Cu: Liam Neeson, Bradley Cooper 22.30 Chefi la cuţite (r) 2.30 Burlacul (r) 4.00 Film: „Echipa de şoc" (r).

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Sănătate cu stil (r) 15.30 Serial: „Ringo" 16.00 Supernanny (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „Mlaştina corupţie" (SUA, 2016). Cu: Al Pacino, Anthony Hopkins 22.30 Film: „Sunt o babă comunistă" (România, 2013). Cu: Luminiţa Gheorghiu, Marian Râlea 1.00-6.00 Reluări.

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr şi neliniştit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" (r).

7.00 Generaţia Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Serial: „Mystic" 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Documentar360º-GEO (r) 15.00 Film: „Misterele Aurorei Teagarden: Casa familiei Julius" „Glasul inimii" 16.00 Handbal: Rapid Bucureşti – Măgura Cisnădie 17.30 România... în bucate 18.00 Cirque Du Soleil: Quidam 19.00 Telejurnal 20.00 Gala umorului 22.00-5.00 Reluări 5.55 Poate nu ştiai.

6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film: „O minune de băiat" (SUA, 1950) 10.15 Serial (r) 12.30 Film (r) 14.15 Film: „Holy Man" (r) 16.30 Film: „Doi băieţi şi mai multe fete" (SUA, 2009). Cu: Nicholas D'Agosto 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Judecătorul" (SUA, 2014). Cu: Vera Farmiga, Robert Downey Jr. 23.15 Film: „Insidios: Capitolul 2" (SUA, 2013). Cu: Patrick Wilson 1.30 Film: „The Judge" (r) 4.00 Film (r) 5.45 Serial: „La Bloc" (r).

SÂMBĂTĂ – 8 mai

7.00 Tezaur folcloric (r) 8.00 Serial: „Fram" 9.00 1, 2, 3 şi afli tot ce vrei! 9.35 Eu pot! 10.35 Vreau să fiu sănătos! 11.30 Levintza prezintă (r) 12.00 Ora regelui 13.00 Ediţie specială 13.15 Exclusiv în România (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Handbal: Minaur Baia Mare – Dinamo Bucureşti 16.00 Lumea azi 16.30 Banii tăi 17.00 Vedeta populară 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 P.C.R. – Şeceratorul ciocan al minciunii 23.10 Film: „Întoarcerea lui Magellan" (România, 1978) 0.50 Doc.: „Dosarele extratereştrilor" 1.40-4.35 Reluări.

6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Ştirile PRO TV 10.00 I like IT 10.30 Superspeed la PRO TV 11.00 Film: „Alexander şi cea mai oribilă zi" (SUA, 2014) 12.45 Film: „Operaţiunea Dumbo" (SUA, 1995) 15.00 Imperiul leilor (r) 17.00 Românii au talent (r) 19.00 Ştirile PRO TV 20.00 Film: „Căpitanul America: Războinicul iernii" (SUA, 2014) 22.30 Film: „Ultimul Samurai" (SUA, 2003). Cu: Tom Cruise 1.30-4.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Film: „Rio 2" (SUA, 2014) 11.00 Serial: „Adela" (r) 13.00 Observator 13.45 Mireasa (r) 16.00 Chefi la cuţite (r) 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva 23.15 Te cunosc de undeva! After Party, cu Dorian Popa 23.30 Chefi la cuţite (r) 2.30 Observator (r 3.15 Băieţi de oraş 3.45 Film: „Vizitatorii 3: Revolutia" (Franţa, 2016).

7.00 Camera de râs 7.30 Teleshopping LIVE 9.00 Starea naţiei (r) 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Flash monden 12.00 Poezie şi delicateţuri (r) 14.00 Film: „Sunt o babă comunistă" (România, 2013) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Supernanny 21.30 Film: „Ultimul lup" (Franţa, 2015). Cu: Shaofeng Feng 0.30 Film: „Mlaştina corupţiei" (r) 2.30 Film: „Traducătorii" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 TÂLCtalk (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr şi neliniştit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 MotorVlog (r) 8.30 Serial: „Mystic" 9.30 Generaţia Fit 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 Handbal: Dobrogea Sud – Potaissa Turda 12.30 Cap compas 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbaţi de 10 17.00 Fraţi de viţă 17.30 MotorVlog 18.00 Distracţiile lui Cazacu 18.30 Zile cu stil 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „La răsărit de eden" (SUA, 1981). Cu: Timothy Bottoms, Jane Seymour 22.10 Serial: „Păcatul şi ruşinea" 23.50-5.00 Reluări 5.55 Poate nu ştiai 6.00 Generaţia Fit (r).

6.15 Ce spun românii (r) 8.15 Film: „Holy Man" (r) 10.30 Serial (r) 12.45 Film: „He's a Cockeyed Wonder" (r) 14.30 Film (r) 16.15 Film: „Devoratoarea de bărbaţi I" (SUA, 2009) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „America" (SUA, 2009) 22.30 Film: „Asasinarea lui Kennedy" (Franţa, 2013). Cu: Zac Efron, Tom Welling 0.15 Film: „America" (r) 2.15 Film: „Parkland" (r) 3.45 Serial (r).

DUMINICĂ – 9 mai

7.00 Universul credinţei 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viaţa satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viaţa satului (II) 13.00 Ediţie specială 13.05 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Politică şi delicateţuri (r) 15.30 Adevăruri despre trecut (r) 16.00 Ai luat plasă! 17.00 Exclusiv în România 17.45 MomentArt 19.00 Breaking Fake News 20.00 Telejurnal 21.10 Vedeta populară 23.00 Garantat 100% 0.00 Replay 1.10 Doc.: „Dosarele extratereştrilor" 1.50-5.55 Reluări.

6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO TV 10.00 Ce se întâmplă, doctore? 10.00 Arena bucătarilor 11.00 Film: „Flicka 2" (SUA, 2010) 13.00 Apropo Tv 14.00 Şef sub acoperire (r) 15.15 Românii au talent (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile PRO TV 20.00 Film: „Să moară Romeo" (SUA, 2002) 22.15 Film: „Terminator – Salvarea" (SUA, 2009). Cu: Christian Bale 0.30-5.00 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Casa Zurli 10.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.45 Te cunosc de undeva (r) 17.00 Film: „B.D. în alertă" (România, 1970). Cu: Toma Caragiu, Puiu Iinescu, Dem Rădulescu 19.00 Observator 20.00 Chefi la cuţite 23.30 iUmor (r) 2.15 Divertisment: mai mult iUmor (r) 2.30 Observator (r) 3.30 cena misterelor.

7.00 TÂLCtalk (r) 7.30 Teleshopping live 9.00 Film: „Răpirea fecioarelor" (România, 1969) 11.00 Insider Politic 12.00 Film: „Campioana" (România, 1990). Cu: Mircea Diaconu 14.00 Poezie şi delicateţuri 16.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Schimb de mame 22.00 Supernanny (r) 23.30 Poezie şi delicateţuri (r) 1.30 Film (r) 3.30 Flash Monden (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Insider politic (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „La uşa ta, iubirea" (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr şi neliniştit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări. 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „La uşa ta, iubirea" (r).

7.00 Teleshopping 7.30 Documentar (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură şi aventură 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Fraţi de viţă (r) 12.30 Sănătate cu de toate (r) 13.10 Film: „Eu, tu şi Ovidiu" (România, 1977) 15.00 Drag de România mea! 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Reţeaua de idoli 19.00 Telejurnal 19.35 E vremea ta! 20.10 Film: „Păcală se întoarce" (România, 2006) 22.55 Film: „Surorile brontë" (Franţa, 1979) 1.10-5.00 Reluări 5.55 Poate nu ştiai.

6.15 Serial: „La Bloc" (r) 6.45 Ce spun românii (r) 8.45 Film: „Maneater I (r)" 10.45 Serial: „La Bloc" (r) 13.00 Film: „Fired Up!" (r) 14.45 Film: „He's a Cockeyed Wonder" (r) 16.30 Film: „Ajunul Crăciunului" (SUA, 2014). Cu: Anne Heche, Kevin Daniels 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Secretul lui Adaline" (coprod., 2015) 23.00 Film: „Diminеţi de catifea" (SUA, 2013) 0.45 Film: „America" (r) 2.45 Film (r) 4.00 Serial: „La Bloc" (r).

INIȚIERI

Integramă de **M. ALBU**

A PREDA ABC-UL / ADULTERE		BRUTĂRIE LA ȚARĂ / A ȘTERPELI		CURĂȚAT DE SCAME / ÎN LĂDIȚĂ!	P	ÎNTRARE ÎN MISTER! / DOMOL, LENT		ÎNGER... CARE OCROTEȘTE / COTĂ-PARTE	P	UNII CE SE ȚIN DE ÎNTRIGI / ÎNTREG
		F			E				A	
CREȘTERI DE VITEZĂ / PREFIXUL VECHIMII		U			R		NITROGEN / EROU DIN FILMELE „X-MAN"		Z	
		R		ÎNMULȚIȚI CU 1000 / SOCOTIȚI BOB CU BOB	I				I	
SEZONUL RECE / SIMBOL FEMININ		A			A	CREMĂ DE LAPTE / A APĂREA DIN SENIN	U	N	T	A PIERDUT DRUMUL BUN
		TRATAT CU BOIA / STRĂMOȘ FRANCEZ			T			SEMNUL ÎNMULȚIRII / DOTAT TEHNIC	O	
	PREPARAT DULCE DIN FRUCTE	G	E	M	PUIUL VACII / REGELE JUNGLEI	V	I	T	E R	L U
A	S	A	VORBĂ DULCE / SOI DE GRÂU DE LA MUNTE	D	R L	A	G	A	ESENȚĂ DE BITTER! / A DUCE CU GREU	T E
ASTFEL / AMUZANTE / ÎN ȘOPRON!					E	A MERGE... CEASUL / JUCAT DE ACTOR				
		DAFIN / UNIUNEA EUROPEANĂ			U		APĂ CA „TITICACA" / ÎN SALINĂ!			ȚINTAT ÎN FRUNTE!
DEPUNERE ÎN CUIB / MÂNCĂRURI ALESE				MEȘTEȘUG VESTIT LA HOREZU			N			
							A			

Umor

– *Alo, ce faci?*
– *Ard calorii!*
– *Adică faci gimnastică?*
– *Nu, îmi prăjesc niște carne...*

– *Incredibilă coincidență! Din întâmplare, e și un șarpe aici?!*
– *Sigur că da! Mamă soacră, te caută cineva!*

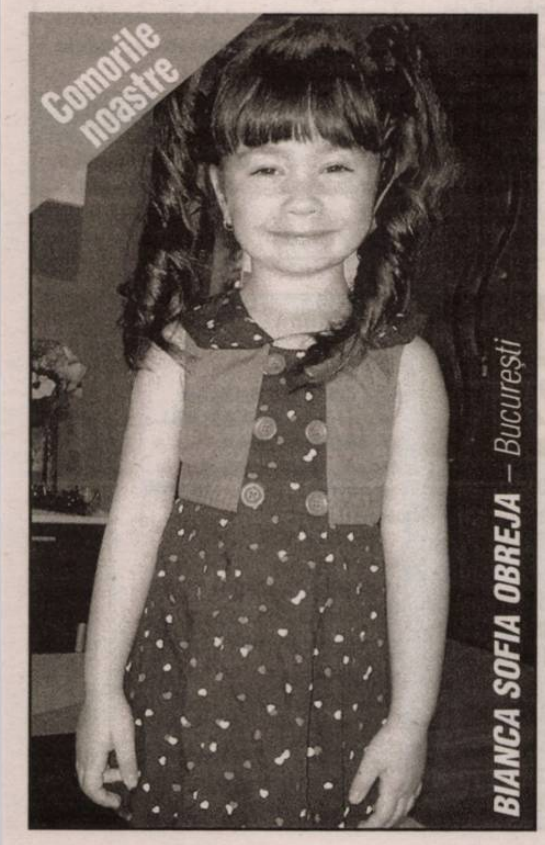
Ea:
– *Dragul meu, sunt însărcinată!!! Ce ți-ai dori să fie?*
El:
– *1 Aprilie!*

Gândiți-vă la un număr din două cifre între 40 și 80. Înmulțiți-l cu 3. Scădeți 11. Adunați 17, împărțiți-l la 2 și închideți ochii.
E întuneric, nu-i așa?

– *Domnule doctor, nu văd la distanță!*
– *Vezi Soarele?*
– *Da!*
– *Păi, cât de departe vrei să vezi?*

Clientul: Sun de două zile la 0700 2300 și nu pot prinde deloc. Mă puteți ajuta?
Operatorul: De unde aveți acel număr, domnule?
Clientul: Era pe ușa companiei.
Operatorul: Domnule, acela este programul nostru...

– *Numele dumneavoastră?*
– *Adam.*
– *Numele soției?*
– *Eva.*



SUDOKU
jocul săptămânii: 17

	8		3					
9		1						5
	7			5	6			
		5	8	1		4	6	
6								8
	3	8		6	7	5		
			7	4			3	
3						8		4
					9		5	

Soluția în numărul viitor

Soluția **«SUDOKU»** – jocul săptămânii 16

4	2	3	7	5	1	9	8	6
1	7	9	8	3	6	2	4	5
8	6	5	9	4	2	3	7	1
6	4	1	2	8	9	5	3	7
9	5	8	3	6	7	4	1	2
7	3	2	4	1	5	6	9	8
3	9	7	5	2	8	1	6	4
2	1	4	6	7	3	8	5	9
5	8	6	1	9	4	7	2	3

Soluția integramei „CONCLUZII"

Orizontal: T - S - G - D - L - T - CONTRAFACUTE - IARASI - HAIN - JURA - ICNI - RI - RAID - SETE - S - SI - NIMIC - STI - O - DIVA - APTI - LER - IROZI - PC - FURNIR - UMIL - ROMA - ANA - OCA - RAND - IRITAT - STRALUCITORI.

Sfintele Paști

Verificați-vă cunoștințele!

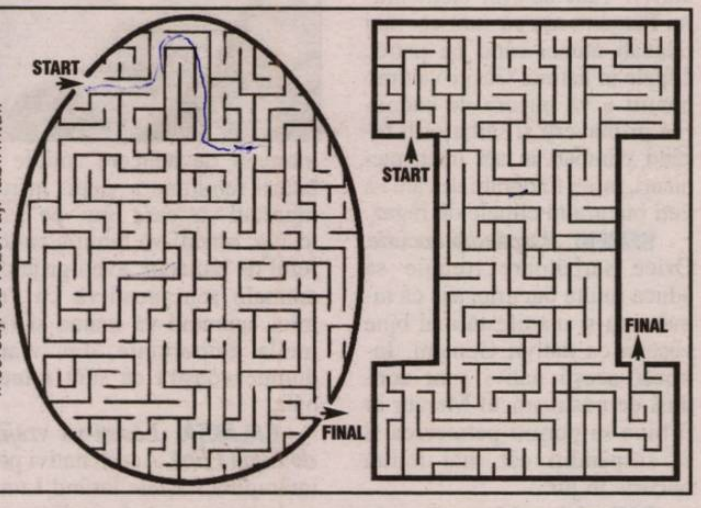
1. Ce reprezintă sărbătoarea Sfintelor Paști?
2. Cum se numește în popor săptămâna care urmează Învierii Domnului?
3. Cât timp durează Sărbătorile Pascale?
4. Ce mare scriitor rus a scris romanul „Învierea"?
5. Ce compozitor român a compus muzica operei „Ioan Vodă cel Cumplit" în care acțiunea actului al III-lea se petrece în noaptea de Înviere?
6. Cine a pictat celebra frescă „Cina cea de Taină" aflată în biserica Santa Maria delle Grazie din Milano?
7. Cine a realizat, în anul 2012, filmul „Barabbas" urmărind călătoria spirituală a condamnatului grațiat în locul lui Iisus?

Răspunsurile din numărul trecut *1) Teatrul londonez asociat cu numele lui Shakespeare este Globus (The Globe). 2) Marele rival al lui Shakespeare se numea Christopher Marlowe. 3) Marele prozator spaniol Miguel de Cervantes Saavedra (1547-1616) a murit în același an cu Shakespeare. 4) Titlul întreg al volumului respectiv este „Ultimele sonete închipuite ale lui Shakespeare în traducerea imaginară a lui Vasile Voiculescu", dezvăluindu-se astfel autorul. 5) Muzica operei „Romeo și Julieta" aparține compozitorului Charles-François Gounod. 6) Tablourile „Mac beth", „Regele Lear" și „Furtuna" sunt opere ale pictorului Johann Heinrich Fussli sau Fuseli. 7) Filmul „Skakespeare îndrăgostit" a fost realizat în regia lui John Madden.*

Poșta cititorilor Pentru întrebările cu tema „Inele" am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Grădina de lângă casă

Coroana imperială a Paștelui
(Fritillaria imperialis)

● Este o plantă întâlnită în Pakistan, Iran, Afganistan și la poalele Munților Himalaya. La noi în țară s-a adaptat perfect, inclusiv iarna, în perioadele geroase. Denumirea populară a acestei plante este Laleaua Împăratului. Pe lângă calitatea de a decora frumos grădinile are și proprietatea de a alunga rozătoarele și cârtițele.

● Preferă zone însorite din grădini, ferite de vânturi puternice. Planta are frunze lanceolate, de culoare verde închis. Tija pe care se formează florile este groasă și foarte rezistentă și crește înaltă de 50-100 cm. În vârful tijei se formează florile care atârnă de jur împrejur.

● Înflorește în aprilie-mai, în nuanțe de roșu, portocaliu sau galben. Rezistă mult

timp și ca floare tăiată. Florile seamănă cu cele ale lalelelor.

● Bulbul acestei plante se plantează de regulă vara, în lunile iulie-august, pentru a înflori primăvara următoare. Adâncimea la care se plantează este de 15-25 cm. Nu necesită scoaterea bulbului toamna și replantarea, dar trebuie ținut cont ca adâncimea gropii la plantare să fie de 4 ori înălțimea acestuia. După plantare, bulbii se scot o dată la 3 ani pentru a îndepărta puii formați și a înmulți astfel planta.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

12 zodii – 12 moduri de a sărbători Paștele

Apropiata sărbătoare a Paștelui, eveniment așteptat de toți creștinii, este și momentul reînnoirii naturii. Iată ce spun astrologii despre întâlnirea fiecărei zodii cu natura și modalitățile preferate de a sărbători Paștele.

BERBEC. ***Începeți un nou proiect.*** Acum este o perioadă de noi începuturi, a sărbătorilor primăverii și este o modalitate bună decât de a începe ceva nou. Proiectele noi sau hobby-urile vă pot face adesea nerăbdători, dar atmosfera sensibilă a Paștelui cu pufoșenia mieilor vă poate oferi cu siguranță inspirație pentru unele dintre cele mai pasionale semne de Foc. Vă atrag hainele retro, iar masa de Paște va fi înfrumusețată cu ouă împodobite în fel și chip.

TAUR. ***Reveniți la natură.*** Această perioadă a anului vine să revigoreze natura, după o iarnă lungă și rece. Se știe că nativii Taur aparțin elementului Pământ, așa că sunt cei mai relaxați atunci când își petrec clipele în natură. Găsiți-vă timp pentru a vă bucura de cadourile primăverii și sărbătoriți făcând plimbări în aer liber, picnicuri, faceți fotografii de care vă veți bucura în clipele de răgaz.

GEMENI. ***Răspândiți bucurie.*** Orice sărbătoare trebuie să aducă multă bucurie, așa că nimeni nu-și manifestă mai bine veselia ca nativii Gemeni. Întrucât acești nativi sunt conduși de năstrușnicul Mercur ar fi bine să porniți petrecerea și să răspândiți cât mai multă bucurie în jur.

RAC. ***Adorați Luna.*** Paștele este stabilit în prima duminică de după prima Lună Plină a primăverii. Acesta este și motivul pentru care data Paștelui se poate schimba de la an la an. Deoarece planeta guvernatoare a Racilor este Luna, se recomandă să vă concentrați pe energiile acesteia. Sărbătoriți Paștele reflectând strălucirile perlate ale Lunii în decorațiile din locuință, încărcați cristalele și vopsiți ouăle în culori cât mai vii.

LEU. ***Adorați Soarele.*** Spre deosebire de nativii Rac, Leii au ca guvernator Soarele. Nativii Leu se vor simți fericiți sărbătorind Paștele creând o atmosferă de petrecere, dansând, alegându-și ținute la modă. Bucurați-vă de zilele libere și stați cât mai mult în lumina Soarelui.

FECIOARĂ. ***Sărbătoriți femeile din viața dumneavoastră.*** Paștele ar trebui să fie un

moment de aducere aminte a laturii feminine a vieții. Înfrumusețați-vă casa sau pe voi înșivă, hrăniți-vă familia cu tot felul de bunătăți, aveți grijă de animale sau jucați-vă cu cei mici, anunțați-vă mama și femeile importante din viața dumneavoastră că sunt minunate.

BALANȚĂ. ***Lăsați-vă vrăjiți de Luna Plină.*** Acești nativi pot întâmpina Paștele lăsând Luna să le arate ce trebuie lăsat în urmă în viață, gata să intre în noul an. Faceți o listă de lucruri care nu vă folosesc, citiți-o cu voce tare, apoi cu mare atenție ardeți-o pentru a activa energiile aprinse ale Soarelui. Și nu uitați, la marea sărbătoare înfrumusețați-vă locuința și chipul.

SCORPION. ***Transformați vechiul în nou.*** Semnul Scorpion este stăpânul transformării și asta se identifică și cu sărbătoarea Paștelui. Poate fi o curățare spirituală sau poate însemna pur și simplu curățarea casei, să decorați sau să faceți o schimbare a hainelor vechi ori a mobilierului. Poate însemna și o revigorare a unei relații.

SĂGETĂTOR. ***Aflați despre alte culturi.*** Există atât de multe culturi care sărbătoresc începutul primăverii, iar nativii Săgetător pot învăța câte puțin despre fiecare dintre ele sau poate chiar vă planificați o scurtă călătorie ca să le descoperiți. Sărbătoarea Paștelui o veți întâmpina cu un nou look, pregătind casa, redecorând și găsind un prilej excelent de a începe un nou sezon al aventurilor.

CAPRICORN. ***Începeți proiecte noi.*** Plantele își fixează rădăcinile în pământ, la fel ca dumneavoastră. Soarele și-a adjudecat gloria și este timpul să faceți același lucru. Reînnoirea este sinonimă cu Paștele, așa că scrieți pe o foaie ce vreți să realizați, împărțiți obiectivele astfel încât să le puteți îndeplini, alegeți-l pe primul și porniți.

VĂRSĂTOR. ***Sărbătoriți cu prietenii.*** Iisus a avut discipolii săi, iar Iepurașul de Paște are mii de copii înnebuniți după ciocolată. Paștele este o perioadă a întâlnirilor, iar dumneavoastră sunteți profesioniști în a aduce oamenii împreună, simțindu-vă mai fericiți înconjurați de aceștia. Poate doar pentru un prânz servit împreună, poate un picnic în familie sau doar o plimbare alături de cel mai bun prieten. Dacă vă simțiți sociabili, acordați-i mai mult timp cuiva care se simte singur.

PEȘTI. ***Cereți ajutorul divin.*** Acum parcurgem o perioadă spirituală mult mai sensibilă iar dumneavoastră sunteți înzestrați cu o puternică intuiție. Ce-ar fi să meditați mai mult, poate cerând ajutorul divin al îngerilor. Paștele va aduce pentru dumneavoastră multe flori, o schimbare de look și o împrospătare a casei.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Artă primitivă acum 12.100 de ani ■ Omul care l-a păcălit pe Göring ■ Iadul pe Pământ: Operațiunea Meetinghouse ■ Sănătatea adolescenților și a tinerilor ■ Controlul minții și OZN-urile ■ Rusia va lansa o nouă stație spațială în 2025

Ce spun astrele

HOROSCOP

3-9 mai 2021

BERBEC 21.03-20.04

Vă simțiți dornici să interacționați cu cei din jur și să vă întâlniți cu prietenii. Acest lucru vă încurajează să gândiți pozitiv. În aceste zile Venus este în Casa Câștigurilor, ceea ce înseamnă că veți atrage suficienți bani ca să vă faceți poftele.

TAUR 21.04-21.05

Relaționați cu toți într-un mod excepțional și veți fi dispuși să faceți câteva compromisuri. Este timpul să vă bucurați de distracții sau de o mică vacanță și să vă schimbați garderoba. Veți face investiții serioase.

GEMENI 22.05-21.06

Dispuneți de multă energie și veți profita la maximum de această șansă ce nu se va repeta prea curând. Este un moment prielnic pentru a vă examina obiectivele pentru următoarea perioadă. În weekend o poveste secretă de dragoste stă la pândă.

RAC 22.06-21.07

Vă veți bucura de succes vorbind cu oameni importanți, precum și cu părinții, profesorii sau șefii. S-ar putea să învățați ceva din asta. Sunteți pregătit pentru orice vă iese în cale și gata să acționați prompt. Succes!

LEU 22.07-22.08

Sunteți entuziasmați, în special în ceea ce privește elaborarea unui plan de lucru, care să vă facă mult mai eficienți. Unul dintre lucrurile pline de satisfacții este că veți învăța ceva nou de la oameni importanți.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Săptămâna aceasta vă veți ocupa de probleme financiare, moșteniri, impozite sau datorii sau o proprietate comună. Cu toate acestea, tranzacțiile vă vor aduce bani și s-ar putea să vă planificați o viitoare călătorie legată de muncă.

BALANȚĂ 23.09-22.10

Acum aveți nevoie de mai mult somn și s-ar putea să vă implicați social prin partenerul de viață sau printr-un prieten. S-ar putea chiar să vă alăturați unui grup unde veți cunoaște oameni noi.

SCORPION 23.10-21.11

Aveți ocazia de a vă exprima autoritatea și să învățați ceva nou, ceva interesant. Acest lucru vă va determina să fiți mai responsabili. Veți vedea cât de bine progresați în obiectivele legate de locul de muncă sau de propria sănătate.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Zilele acestea veți lucra din greu dar și distracția va fi pe măsură. Vreți să comunicați cu oamenii din jur și vă veți implica mai mult cu persoane tinere. Entuziasmul și bucuria vieții vă vor însoți și îi veți molipsi pe cei-lalți.

CAPRICORN 22.12-19.01

Săptămâna aceasta vă ocupați de renovări, reparații sau ați putea exploata câteva oportunități imobiliare. Aveți chiar ocazia să vă sporiți veniturile dacă veți face niște speculații inteligente legate de propria casă.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

În aceste zile sunteți atât de optimiști și pozitivi, încât entuziasmul pare să nu cunoască limite. Interacțiunea dumneavoastră cu ceilalți este plină de satisfacții. Cu siguranță, și relațiile cu frații, vecinii și rudele sunt și ele excelente.

PEȘTI 19.02-20.03

Pentru dumneavoastră urmează o săptămână bună din punct de vedere financiar. Veți avea câteva oportunități de a vă spori veniturile, mai ales dacă veți pune în aplicare câteva idei excelente. Aveți nevoie de prudență, discernământ, răbdare și înțelegere!

Nativul săptămânii: **MANUEL BENÍTEZ PÉREZ** (04.05.1936)

Este cunoscut și sub numele de El Cordobés. Toreador, matador și actor spaniol, acest nativ al zodiei Taur a adus un stil acrobatic și teatral neortodox în arena taurilor. A fost unul dintre cei mai bine plătiți matadori din istorie.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noștri opiniile legate de conținutul revistei, apelați numărul de telefon: 0213178965

Preț abonament

PERIOADA	VALOAREA
☐ 1 LUNĂ	9,00 LEI
☐ 2 LUNI	18,00 LEI
☐ 3 LUNI	27,00 LEI
☐ 4 LUNI	36,00 LEI
☐ 5 LUNI	45,00 LEI
☐ 6 LUNI	54,00 LEI

Abonamente 2021

Abonați-vă la revista Magazin direct la redacție!

Abonamente 2021

Modalitățile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poștal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piața Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, București, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
   – RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
   – RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Prețurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poștală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificați data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poștal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poștei Române (cel târziu în ziua de marți a săptămânii următoare celei de apariție).

Pentru informații suplimentare vă rugăm să sunați la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 38 euro sau 45 $,
– 6 luni: 75 euro sau 90 $,
sume virate în conturile societății, enumerate alăturat.

MANDAT POȘTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piața Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea București
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAȚII ABONAMENTE 0722625622

Bibliotheca Judeteana Mures

SERIE NOUĂ - 1547 • ANUL LXIV • 6 MAI 2021 • 16 PAGINI • 3 LEI Nr. 18 (3297)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Clişee şi mituri despre arderea caloriilor

Dosarele frumuseţii

Anticearcănul potrivit

Sculptură sau totem?

Arheologia s-a confruntat mereu cu o mare problemă: cu cât se întorc specialiştii mai mult în timp, cu atât dovezile sunt mai rare. Timpul erodează. Mai puţin pietrele şi fierul, mai mult lemnul, pielea sau ţesăturile.

Obiectele din lemn au şi ele o viaţă scurtă: de-a lungul secolelor, focul, intemperiile, apa, microbii, le distrug aproape în întregime, ceea ce face mereu dificilă munca arheologilor. Dar există şi surprize uimitoare.

Puţină lume a auzit despre idolul Shigir, dar ea este considerată cea mai veche sculptură din lemn din lume. O sculptură figurativă, cu mai multe feţe, asemănătoare măştilor, sculptată în urmă cu mai multe mii de ani care s-a păstrat intactă datorită mediului acid, lipsit de microbi, al unei turbării din Shigir, din munţii Urali, Rusia. Ea a fost descoperită în anul 1890 şi se află azi expusă la Muzeul Regional Sverdlovsk din Ekaterinburg, Rusia.

Despre acest obiect de artă primitivă, experţii au considerat că are o vechime de aproximativ 9.000 de ani, dar nu aveau explicaţii privind utilitatea lui: era adică vorba despre o sculptură sau doar un totem antic.

Noile cercetări ale idolului cu formă de om, decorat cu chip uman, i-au dus pe cercetători mult mai departe în timp. În 2018, un studiu publicat în revista *Antiquity*, aprecia că sculptura ar avea o vechime de 11.500 de ani. Acum, aceeaşi echipă, condusă de Thomas Terberger, arheolog la Agenţia de Stat pentru Serviciul Patrimoniului din Saxonia Inferioară din Germania, avându-i colegi de cercetare pe Mikhail Zhilin de la Institutul de Arheologie RAS din Rusia şi Svetlana Savchenko de la Muzeul Regional Sverdlovsk din Rusia, au reanalizat mai multe rezultate de datare cu carbon şi au ajuns la concluzia că statueta este chiar şi mai veche. Ea ar fi putut fi creată acum 12.100 de ani, spun analizele trunchiului de lemn din care a fost realizată statuia, deci cu 500 de ani mai veche decât estima studiul din 2018.

Adică statuia a fost sculptată cândva spre sfârşitul ultimei ere glaciare şi începutul Holocenului, care este actuala epocă glaciară, începută acum aproximativ 11.650 de ani.

Ca să ne facem o idee despre momentul sculptării acestei statui, să amintim, ca referinţă, că ea a fost martorul extincţiei cuaternare care s-a petrecut cu 10.000 de ani în urmă, când megafauna din era glaciară, cum ar fi rinocerii lânaţi, a dispărut.

Mergând mai departe cu comparaţiile, să pomenim faptul că monumentul Stonehenge a fost construit acum aproximativ 5.000 de ani, iar Marea Piramidă de la Giza a fost construită acum mai bine de 4.500 de ani.

Când a fost sculptat, idolul ar fi avut aproximativ 5,3 metri înălţime, decorat cu motive geometrice şi mai multe chipuri umane sculptate şi, adăugând şi vechimea obiectului, se poate spune că este „cea mai veche sculptură monumentală din lemn din lume", după cum scria Thomas Terberger online în revista *Quaternary International.*

Pe urmele idolului

Ce s-a întâmplat după publicarea studiului din 2018, cum au ajuns cercetătorii la noua datare a vârstei idolului Shigir?

Convinşi că nu au dezlegat pe de-a-ntregul misterul vârstei sculpturii de lemn, echipa lui Thomas Terberger a reanalizat datele obţinute prin datarea cu carbon radioactiv publicate în *Antiquity,* din 2018. Probele publicate în acea lucrare presupuneau o vechime care oscila între 12.500 şi 8.600 de ani în urmă. Aşa că vârsta medie a tuturor eşantioanelor analizate a fost de aproximativ 11.500 de ani.

La examinarea suprafeţei idolului, echipa a constatat că au avut loc diverse operaţiuni de întreţinere şi reconstituire ale sculpturii în ultimii 120 de ani, acţiuni în care a fost folosită ceară şi pigment de lemn.

Şi cum metoda datării cu carbon, sau radiocarbon, se bazează pe măsurarea conţinutului izotopului de carbon 14, echipa crede că utilizarea pigmenţilor de lemn şi ceară în diversele lucrări de reconstituire ar fi afectat datele obţinute prin analizarea cu c14, făcând astfel ca idolul să pară mai tânăr decât era cu adevărat.

Echipa a folosit doar probele de pe suprafaţa exterioară a idolului în studiul din 2018. Acum, mergând cu analizele înspre profunzimea lemnului, echipa a avut o revelaţie: „Am ajuns la concluzia că probele din interiorul lemnului nu au fost afectate de tratarea sculpturii şi că aceste rezultate sunt cele mai fiabile", declara Terberger pentru *LiveScience.*

Folosind doar aceste mostre, echipa a datat lemnul din care a fost realizat idolul ca având o vechime de 12.250 de ani. Apoi au compensat datele cu faptul că lemnul provine din inima unui copac, zona interioară a tulpinii, o secţiune de copac care ar fi murit cu mult înainte ca arborele să fie tăiat şi folosit apoi pentru a face idolul. Acest pas este important deoarece datarea cu radiocarbon determină când a murit materialul organic (din care este fabricat un artefact).

„Deoarece avem de-a face cu un eşantion din partea centrală a trunchiului, tăierea copacului poate fi datată cu aproximativ 150 de ani mai târziu. Cu acest fundal, se poate sugera datarea sculpturii în jurul anului 10.100 î.e.n.", a mai explicat Terberger.

> UN ARTEFACT CIUDAT ŞI STRĂVECHI CU CHIP UMAN, DESPRE CARE NU SE ŞTIA PÂNĂ ACUM DACĂ ESTE UN TOTEM SAU O STATUIE, A FOST READUS ÎN ATENŢIA CERCETĂTORILOR CARE AU CONSTATAT RECENT CĂ ESTE MAI VECHE DECÂT CREDEAU EXPERŢII.

Asta înseamnă că statuia idolului Shigir e veche de aproximativ 12.100 de ani, o vârstă susţinută şi de o analiză a artei din acea perioadă a omenirii. Astfel, motivele geometrice de pe statuie au fost descoperite şi pe alte artefacte care datează aproximativ din aceeaşi perioadă. „Modelele geometrice ale idolului, cum ar fi liniile simple şi ornamentele în zig-zag, sunt toate elemente comune ale paleoliticului târziu şi ale decorului mezolitic timpuriu", apreciază cercetătorul.

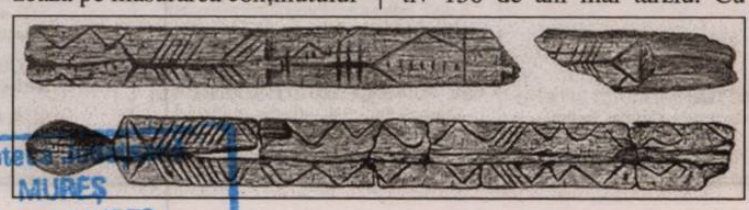
Idolul Shigir a fost sculptat într-o perioadă de mari schimbări climaterice, peisajul s-a schimbat, „iar arta – desenele figurative şi animalele pictate în peşteri sau sculptate în stâncă – au făcut-o şi ele, posibil o modalitate de a ajuta oamenii să facă faţă mediilor provocatoare cu care s-au ciocnit", declara cercetătorul în *The New York Times.*

Chiar dacă nu se ştie cu exactitate la ce a fost folosit sau motivul pentru care a fost realizat, idolul sugerează o aplecare a omului acelor vremuri pentru artă şi meşteşug.

După cum arată idolul Shigirl, pare foarte posibil ca oamenii care l-au creat să fi avut toate abilităţile pentru modelarea şi cioplirea lemnului, ceea ce face rezonabil gândul că trebuie să fi existat o mulţime de asemenea obiecte care au dispărut de-a lungul timpului. De aceea pare cu totul excepţională descoperirea în 1890 a unui obiect care a supravieţuit atâtea mii de ani.

Şi mai este un aspect: statuia sugerează că vânătorii-culegătorii care au trăit în acele locuri în perioada mezolitică „aveau ritualuri complexe şi erau capabili să exprime foarte sofisticat ideile şi arta", după cum declara Terberger pentru publicaţia *The Guardian* în 2018, fapt ce demonstrează că arta, meşteşugul, sculpturile, „nu au început cu fermierii, ele au început mult mai devreme, cu vânătorii-culegătorii".

GEORGE CUŞNARENCU



Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU-MUREŞ

5 948427 000171 18

Pâinea de la Genova
– „patrimoniu" al Galaţiului

Cea mai veche pâine din lume are o vârstă la care probabil mulţi oameni doar îşi permit să viseze: nu mai puţin de 129 de ani! Şi nu vorbim despre resturi descoperite de arheologi pe fundul vreunui vas de lut, ci despre o pâine autentică, într-o formă excelentă, ale cărei calităţi nu s-au pierdut nici după atâta timp.

Toate caracteristicile ei au fost verificate, testate şi omologate de experţi internaţionali, înalta şi incredibila sa performanţă fiind recunoscută de World Record Academy din Miami, Statele Unite. Mai mult, trebuie spus că acest produs alimentar de-a dreptul miraculos nu a fost preparat cu niciun fel de chimicale menite să confere aspect atrăgător, consistenţă, miros, gust şi alte asemenea calităţi de... produs vandabil.

În prezent, acest remarcabil exponat poate fi văzut la Muzeul de Istorie „Paul Păltănea" din Galaţi. Veterana pâinilor nu a fost însă produsă în ţara noastră, ci a fost coaptă în Italia, în vara anului 1892. În acel an, ea a fost prezentată la Expoziţia Italo-Americană din Genova, manifestare organizată pentru marcarea a 400 de ani de la descoperirea Americii de către Cristofor Columb, la care a participat în urma deciziei regelui Carol I crucişătorul „Elisabeta", nava-amiral a flotei române.

Vasile Pamfil, membru al echipajului, a intrat în posesia pâinii şi a adus-o la Galaţi într-o

cutie de sticlă. Pâinea a fost păstrată în locuinţa sa până în mai 1915, când a donat-o directorului şcolii locale Paul Paşa. În 1939, Paşa a donat colecţia Şcolii primare nr. 6 cuprinzând 5500 de artefacte şi obiecte istorice muzeului „Casa Cuza Vodă", inclusiv pâinea italiană.

Până în anii '70 a fost expusă la muzeul din Galaţi, după care a fost retrasă de regimul comunist din spaţiul public, deoarece reprezenta un produs al orânduirii burghezo-moşiereşti, nefiind în concordanţă cu valorile proletare promovate la acea vreme.

A fost „redescoperită" în 2009, când a trezit interes pentru muzeografi şi chimişti, interesaţi în a elucida modalitatea în care a fost posibilă păstrarea ei pentru o perioadă atât de îndelungată. Specialiştii care au analizat-o nu au găsit urme de mucegai, deci niciun fel de infecţie microbiană. Datorită porozităţii mari, a volumului ridicat şi evaporării totale a apei din compoziţie a fost posibil ca pâinea să reziste până în prezent.

Muzeul „Paul Păltănea" din Galaţi a achiziţionat-o în 2019 şi a trimis-o spre verificare, fiindu-i recunoscut şi omologat statutul de „cea mai veche pâine din lume" de către Academia Recordurilor Mondiale.

Săltăreţul „care"

S-a scris şi s-a vorbit mult despre folosirea corectă sau mai puţin corectă a pronumelui relativ „care". Lucrurile par să se fi ameliorat întrucâtva, mai puţin în situaţiile în care este folosit la cazurile genitiv sau dativ.

Să vorbim corect!

Aceste greşeli apar mai ales în cazul folosirii compuşilor acestui pronume. Foarte des întâlnită este expresia: „Oricare dintre noi îi este frică...". În această situaţie trebuia folosită forma de dativ a pronumelui, exprimarea corectă fiind: „Oricăruia dintre noi îi este frică".

Dacă vorbitorul respectiv ţinea mult la forma de nominativ, ar fi trebuit înlocuit verbul cu un altul cu valoare personală: *Oricare* (dintre noi) se teme de...".

Aşadar, deşi s-ar părea că a intrat într-un con de umbră, „săltăreţul care" apare în mod greşit atunci când ne aşteptăm mai puţin. *(I.S.)*

Scufundare „nelimitată"

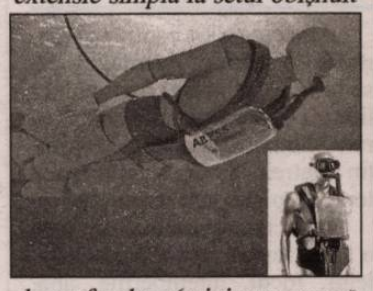
Principala problemă pentru scufundători este cea a asigurării rezervei de oxigen în cantitate suficientă pentru a nu le pune în pericol viaţa. Sistemele respective diferă, de la cele mai simple, de genul binecunoscutelor tuburi „turistice" estivale până la pompe şi butelii autonome.

*Un nou prototip a fost prezentat sub numele de **Exolung**, brevetat de inginerul austriac Jörg Tragatschnig, sub ideea că ar putea schimba maniera de explorare a lumii submarine, atât de către profesionişti, cât şi de amatori. Provocarea tehnologică subacvatică îi va permite scufundătorului să rămână sub apă oricât timp va dori, furnizându-i o cantitate de oxigen nelimitată.*

Secretul acestei performanţe nu constă în vreun proces chimic sofisticat, ci se referă la „transformarea" în aer a mişcărilor scufundătorului. Deocamdată, noul respirator a fost conceput pentru adâncimi mici de 5 până la 7 metri, incluzând un tub racordat la o geamandură-rezervor şi care trebuie purtat de către scufundător pe faţă, la fel ca un mic rucsac.

În interior se află o cameră cu aer pliabilă, care modulează trecerea aerului. Când scufundătorul întinde picioarele în timp ce înoată, aerul intră în tub, apoi e stocat în camera de aer, când îşi strânge picioarele aerul este inhalat.

Exolung este o abordare nouă şi unică a scufundătorilor în apă de mică adâncime în scopuri recreative şi utilitare. Conceptul a fost de a crea o extensie simplă la setul obişnuit



de scufundare (aripioare, mască, snorkel), dar în acelaşi timp robustă şi accesibilă (doar 3,5 kg) care nu necesită multă întreţinere. Este compact, nu este necesară nicio reîncărcare şi este curăţat după folosire. Producătorul recomandă aplicabilitatea invenţiei în piscină pentru antrenament sau ca formă de gimnastică subacvatică şi yoga.

Vulturi otrăviţi

Nu există niciun domeniu al vieţii contemporane în care o cât de măruntă componentă chimică să nu aibă o influenţă nocivă.

Mai exact, o otravă folosită pentru uciderea şobolanilor a fost depistată în corpurile a aproximativ 80% dintre vulturii americani, potrivit unui nou studiu realizat de Universitatea din Georgia. Expunerea la substanţe chimice toxice le-ar putea afecta sănătatea sau chiar provoca decesul.

Prin examinarea carcaselor de vulturi aurii şi pleşuvi găsite între anii 2014-2018, oamenii de ştiinţă au putut determina că majoritatea dintre aceştia au fost expuşi la otravă. Aceasta a inclus 96 din 116 vulturi pleşuvi şi 13 din 17 vulturi aurii studiaţi. Consumul de şobolani, care reprezintă o sursă majoră de hrană pentru vulturi, este considerat responsabil pentru ingestia accidentală a otrăvii. Nu este clar dacă otrava poate afecta reproducerea culturilor sau dacă le influenţează sănătatea în alte moduri.

„O astfel de expunere larg răspândită arată că această problemă este mai mult decât un simplu fenomen localizat, iar în cazul în care există un impact mare asupra sănătăţii se poate răspândi la întreaga populaţie." a declarat un oficial al Serviciului de Prospectare Geologică SUA.

Scott Edwards, profesor de zoologie la Universitatea Harvard, consideră inutilă utilizarea otrăvii pentru şobolani pentru a ucide rozătoarele şi că aceasta este responsabilă pentru distrugerea unora dintre cele mai mărete specii de răpitoare; unul dintre efectele ei grave este sângerarea digestivă spontană.

„Oamenii trebuie să înţeleagă că, atunci când aceşti compuşi intră în mediul înconjurător, provoacă daune oribile multor specii, inclusiv vulturilor, în corpul cărora ar putea persista ani de zile. Restricţionarea vânătorii excesive şi a otrăvirii cu insecticide, care a provocat o reducere drastică a populaţiei vulturilor în anii 1960, a ajutat mult ca numărul acestora să se cvadrupleze între 2009 şi 2019.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU
şi
NICUŞOR DINCĂ

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

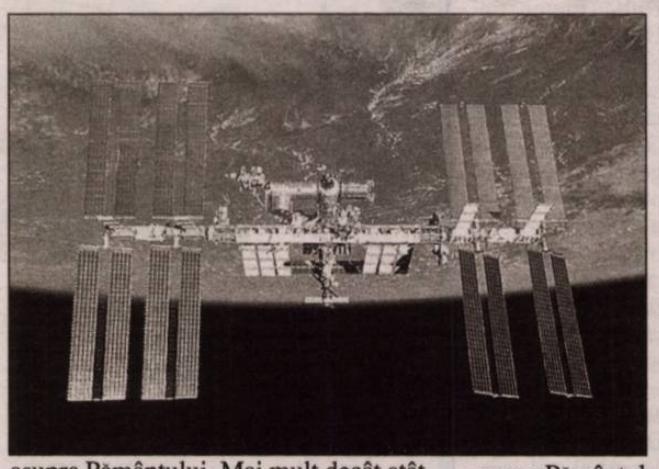
Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul:
TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.

Rusia va lansa o nouă stație spațială în 2025

În 2025, Rusia s-ar putea retrage din proiectul Stației Spațiale Internaționale (SSI), pe fondul temerilor legate de fiabilitatea acesteia, a declarat recent Dmitri Rogozin, liderul agenției spațiale rusești, Roscosmos.



El a precizat că lucrările la primul modul al noii stații au fost deja demarate, iar aceasta ar putea fi lansată pe orbită în 2025.

Un alt oficial de top de la Kremlin, vicepremierul Iuri Borisov, a afirmat că „SSI este pândită de dezastru" și pune în pericol viețile astronauților, din cauza vârstei sale înaintate – stația a fost inițial proiectată să funcționeze între 15 și 30 de ani, iar în 2025 va avea deja 27 de ani de activitate.

„Situația ar putea avea consecințe ireversibile și riscă să ducă la un dezastru. Așa ceva trebuie prevenit", a spus Borisov. Specialiștii ruși au dat publicității imagini ale primului modul care va constitui partea centrală a noii baze orbitale, susținând că aceasta va include în final și un inedit „hotel spațial" pentru turiștii amatori de excursii exotice.

Modulul turistic va dispune de tehnologie Wifi și va avea două hublouri imense, oferind o superbă panoramă asupra Pământului. Mai mult decât atât, Moscova amenință că își va retrage astronauții de pe SSI și din alte proiecte internaționale de cercetare spațială, pe fondul tensiunilor tot mai crescute cu partenerii occidentali, legate de acuzațiile de spionaj, hacking sau de situația din Ucraina.

Configurația noii stații spațiale rusești va fi bazată pe modelul vechii stații Mir, operată de URSS și ulterior de Rusia între 1986 și 2001 – prima stație spațială modulară construită vreodată. Modulele vor fi instalate pe orbita circumterestră folosind rachete Angara-A5, de la cosmodromurile Plesetsk și Vostocnîi, a confirmat Roscosmos.

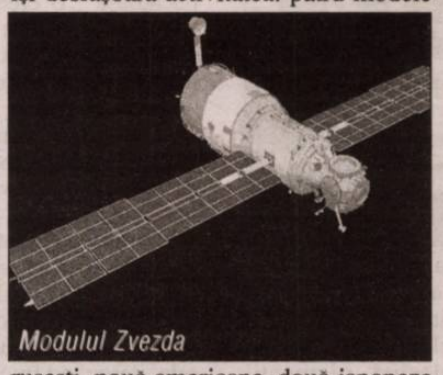
Primul modul central al noii stații va fi lansat în 2025, stația urmând să fie asamblată în jurul lui în următorii ani.

Dar rușii nu sunt singurii care au anunțat asemenea planuri ambițioase. Chinezii și-au exprimat intenția de a realiza rapid o stație spațială modulară, compusă din trei module – două conținând laboratoare științifice și unul destinat cazării echipajului de trei persoane.

Modulele Stației Spațiale Internaționale

Stația Spațială Internațională constituie un laborator de știință și inginerie în care s-au investit 150 miliarde de dolari și care orbitează la 400 km deasupra Pământului. Ea a fost lansată în 1998 și a implicat colaborarea dintre Rusia, SUA, Canada, Japonia și Agenția Spațială Europeană. Costurile anuale pentru operarea stației se ridică la 4 miliarde de dolari.

Actuala stație este compusă din 16 module presurizate în care astronauții își desfășoară activitatea: patru modele



Modulul Zvezda

rusești, nouă americane, două japoneze și unul european. Modulele rusești sunt Pirs, Zvezda, Poisk și Rassvet, cele americane sunt Zarya, BEAM, Leonardo, Harmony, Quest, Tranquility, Unity, Cupola și Destiny, cele japoneze se numesc JEM-ELM-PS și JEM-PM, iar cel european poartă numele de Columbus.

În prezent există discuții legate de anexarea unor module comerciale suplimentare, inclusiv unul propus de actualul partener comercial al NASA, compania Axiom Space.

Cafea rezistentă la schimbările climatice

Pe fondul îngrijorărilor legate de efectul devastator al încălzirii globale asupra plantațiilor de cafea existente, industria cafelei e pe cale să primească o salvare in extremis: a fost identificată o specie „uitată" de cafea africană, capabilă să facă față schimbărilor climatice dramatice ce se anunță pentru viitorul apropiat.

Numit Coffea stenophylla, acest soi crește în Sierra Leone și poate tolera temperaturi cu câteva grade mai ridicate decât Arabica – la ora actuală cea mai populară cafea din lume.

Mai mult decât atât, experții britanici de la Grădinile Botanice Regale ale Universității Greenwich și cei francezi de la Centrul de Cercetări Agricole pentru Dezvoltare Internațională susțin că specia africană are o aromă superioară, cu note de piersici, mandarine, coacăze negre, ciocolată și caramel.

Potrivit degustătorilor profesioniști de la Nespresso & Jacobs Douwe Egbert, noul soi de cafea are o dulceață naturală, o aciditate medie spre ridicată, caracter fructuos și o textură amplă. Aroma ei este „ca a unei cafele Arabica de înaltă clasă". Specia, rară și amenințată până nu de mult cu dispariția, a fost redescoperită sub formă sălbatică în vestul Africii în 2018.

După numeroase runde de degustări profesionale, savanții speră că ea va putea fi cultivată la scară industrială, pentru a „securiza" delicioasa băutură în fața schimbărilor climatice. La ora actuală, industria mondială a cafelei generează profituri de miliarde de dolari, susține economia multor țări tropicale și susține existența a peste 100 de milioane de fermieri.

T. Rex nu era un prădător solitar

Deși până acum paleontologii susțineau că Tyrannosaurus rex – cel mai faimos prădător din lumea dinozaurilor – ar fi fost un animal solitar, un nou studiu sugerează că de fapt el ataca în haite, asemenea multor specii de carnivore din ziua de azi, ca lupii sau leii.

Analiza oaselor fosilizate și a rocilor din situl palentologic Grand Staircase-Escalante, scos la iveală în 2014 în sudul statului american Utah, relevă că dinozaurii au murit aici împreună și nu au fost aduși de ape din diferite alte părți.

Atingând o lungime de 12 m și o înălțime de 4 m, dinozaurul a trăit acum circa 66 milioane de ani în vestul Americii de Nord, având una dintre cele mai puternice mușcături din regnul animal, potrivit simulărilor actuale.

Până în prezent au fost identificate aproape 50 de schelete fosilizate de T. Rex. În situl Grand Staircase-Escalante au mai fost descoperite și fosile de crocodilieni, dar și oase aparținând unor specii de pești și țestoase preistorice. Experții afirmă însă că, spre deosebire de T. Rex, toate celelalte animale nu par să fi murit împreună.

Ipoteza că T. Rex ar fi fost un dinozaur social a apărut acum două decenii, după o descoperire similară, efectuată în Alberta, Canada, când douăsprezece schelete au fost găsite la mică distanță unele de altele. Alte schelete apropiate au fost identificate ulterior în statul american Montana.

Cu toate acestea, alți paleontologi sunt de părere că T. Rex era, în esență, un vânător solitar, dar că în perioadele dificile el ar fi putut fi constrâns să atace în haite.

„Ciupercile magice", eficiente în tratarea depresiei?

Compușii psihedelici existenți în așa-numitele „ciuperci magice" ar putea fi cel puțin la fel de eficienți ca principalele medicamente antidepresie aflate pe piață, susțin cercetătorii de la Imperial College din Londra. Aceștia au comparat potențialul terapeutic al psilocibinei – substanță întâlnită în ciuperci – cu un tratament de șase săptămâni cu medicamentul antidepresiv escitalopram, pe un lot de 59 de voluntari având depresii moderate până la severe.

Ei au remarcat că, deși simptomele s-au redus la ambele grupuri, reducerea s-a petrecut mai rapid și a avut o magnitudine mai amplă la grupul căruia îi fusese administrată psilocibină.

Nu ar fi prima dată când ciupercile magice sunt folosite ca leacuri – picturile rupestre sugerează că puterile terapeutice ale acestora erau cunoscute încă de acum 11.000 de ani.

De altfel, după descoperirea compusului psihoactiv din ciuperci, în 1959, între 1961 și 1965 marele concern farmaceutic Sandoz a vândut compusul (psilocibina) ca medicament psihoterapeutic, sub denumirea medicală de Indocybin. Dar, din cauza veritabilului „trafic" cu acest medicament – procurat ilegal de amatorii de „excursii psihedelice", elvețienii au renunțat la comercializarea lui.

La ora actuală, psilocibina este strict reglementată în SUA, unde este inclusă în același grup de substanțe ilicite ca și heroina, iar în Marea Britanie utilizarea ciupercilor magice a fost interzisă din 2005.

Însă, pe fondul creșterii tot mai accentuate a numărului cazurilor de depresie, mai ales pe fondul pandemiei, oamenii de știință par dispuși să recurgă iar la ciupercile magice pentru tratarea bolii, bazându-se de astă dată pe date științifice elocvente.

Cercetările relevă că psilocibina acționează la fel ca neurotransmițătorul serotonină și este legat de aceiași receptori din creieri, făcând o porțiune cerebrală numită amygdala mai receptivă la sentimente. Pacienții sunt mai capabili să-și proceseze sentimentele și simptomele depresiei care se atenuează, la câteva săptămâni de la începerea tratamentului cu ciuperci magice.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Omul care l-a păcălit pe Göring

În prima jumătate a secolului XX, mai multe picturi „pierdute" ale maeştrilor flamanzi din perioada renascentistă şi cea ulterioară acesteia au apărut ca prin farmec în Europa. Cercetate cu minuţiozitate de experţi, toate au fost considerate autentice, declanşând o adevărată „vânătoare" din partea colecţionarilor de artă, inclusiv a controversatului lider nazist Hermann Göring.

Acesta a plătit pentru un tablou de Vermeer cel mai mare preţ oferit vreodată pentru o operă de artă, până la data respectivă. Abia după război, adevărul despre proveniența tablourilor a ieşit la iveală şi, odată cu ea, uluitoarea poveste a unui anume Han van Meegeren, omul care-l păcălise pe Göring.

Provenind dintr-o familie respectabilă de burghezi, van Meegeren a fost destinat de tatăl lui unei cariere tehnice. Însă copilul era pur şi simplu fascinat de pictură şi în special de lucrările artiştilor flamanzi.

Deşi a absolvit, în cele din urmă, facultatea de arhitectură, ajuns la maturitate tânărul Han s-a desprins de sub tutela tatălui şi s-a dedicat studiului picturii la Haga. În 1914, el a primit o diplomă de absolvire din partea Academiei Regale de Artă, fapt care i-a permis să lucreze ca profesor de desen.

Proaspăt căsătorit, ca să-şi sporească veniturile modeste a început să picteze cărţi poştale sau reclame pentru firme. În paralel, a călătorit mult prin Europa, câştigându-şi banii din vânzarea de portrete şi peisaje. Treptat, reputaţia lui de pictor talentat s-a răspândit pe continent, iar în paralel a devenit cunoscut şi ca expert în stilurile marilor maeştri ai „Epocii de Aur" a picturii olandeze.

Prima căsnicie s-a încheiat printr-un divorţ, în 1923 – şi tot în acest an, van Meegeren va crea primele sale falsuri. Succesul obţinut îl va determina să renunţe complet la creaţiile lui.

Din acel moment, va investi toţi banii în procurarea de materiale de pictat specifice secolului XVII, pentru ca asemănarea operelor sale cu cele ale maeştrilor flamanzi să fie cât mai mare. Cum în Olanda talentul său de „imitator" al acestora era deja cunoscut, el s-a stabilit în Franţa şi timp de câţiva ani a studiat asiduu creaţiile lui Vermeer – pictor din a cărui operă erau cunoscute, la acea dată, doar cel mult 40 de pânze.

În 1936, el a pictat *Cina din Emmaus,* folosind pigmenţii preferaţi ai lui Vermeer şi „îmbătrânind" artificial pânza. Lucrarea a fost atât de reuşită, încât cel mai reputat expert în Şcoala Olandeză, curatorul şi colecţionarul de artă dr. Abraham Bredius din Rotterdam, a declarat-o autentică, fiind de părere că aparţinea perioadei de început a lui Vermeer, când acesta pictase, într-adevăr, câteva scene biblice.

Încântat de succes, van Meegeren şi-a extins domeniul începând să creeze picturi şi în stilul lui Frans Hals, Pieter de Hooch şi alţi maeştri flamanzi; în acelaşi timp, şi-a creat o reţea de „distribuţie", agenţii săi umplând în curând muzeele şi colecţiile particulare cu falsele picturi flamande şi aducându-i farseurului o avere.

După declanşarea celui de-al Doilea Război Mondial, el s-a întors în Olanda şi a început să trăiască pe picior mare, oferind petreceri somptuoase. Unele dintre falsurile sale au ajuns în colecţia lui Hermann Göring – acesta a fost atât de fascinat de „Hristos şi femeia păcătoasă", o creaţie a lui van Meegeren, încât a oferit pentru ea nu mai puţin de 150 de tablouri de valoare, furate de prin muzeele Europei!

Doar că, pornind pe firul afacerii, după război, anchetatorii au stabilit că van Meegeren procurase tabloul, pe căi ilicite, oferindu-l ocupantului german. Pictorul a fost condamnat la moarte pentru colaboraţionism şi, în disperare de cauză, le-a cerut anchetatorilor pensule şi vopsele, desenând în câteva zile faimoasa pânză, pentru a dovedi că aceasta e doar un fals creat de el.

Strâns cu uşa, el a făcut mărturisiri complete şi a fost condamnat la doar un an de închisoare, pentru fals şi fraudă. Dar nu a mai apucat să ajungă după gratii, întrucât, pe 26 noiembrie 1947 a suferit un atac de cord, iar pe 29 decembrie, pe când se afla internat într-un spital din Amsterdam, încă un atac, de astă dată fatal.

Fotodocument

Pe când poliţiştii măsurau costumele de baie...

Începutul „nebunilor ani 1920" a adus cu el în Statele Unite o liberalizare uimitoare a moravurilor şi inovaţii în modă de neconceput cu doar puţin timp în urmă. Evident, autorităţile au încercat să mai tempereze avântul tinerei generaţii, iar în unele state americane s-au introdus chiar reglementări în acest sens. În imagine, poliţistul Bill Norton verifică, în vara anului 1922, la ştrandul public Tidal Basin din Washington, ca vizitatoarele să nu se expună „indecent" – legea interzicea ca între marginea inferioară a costumului de baie feminin şi genunchi să fie mai mult de 6 inci (aproximativ 15 cm).

Astăzi în istorie

6 mai 1910

A murit regele Eduard al VII-lea al Marii Britanii

Prinţul Albert Edward s-a născut la palatul Buckingham, pe 9 noiembrie 1841, fiind primul fiu şi al doilea copil al reginei Victoria şi al prinţului consort Albert. Numit de familie „Bertie", el a fost proclamat prinţ de Walles pe 8 decembrie 1841 şi botezat pe 25 ianuarie 1842 la capela St George de la Windsor.

Începând cu vârsta de şapte ani, a fost supus unui regim educativ aspru, faţă de care s-a răzvrătit adesea şi care probabil a influenţat profund ostilitatea sa faţă de reguli şi autoritate, manifestată la vârsta adultă. Prinţul ar fi dorit să urmeze o carieră în armată, dar această opţiune i-a fost refuzată – era moştenitorul tronului şi prin urmare nu trebuia expus niciunui risc.

După ce a absolvit colegiul Oxford, a efectuat o lungă călătorie prin Canada, urmată de o vizită în Statele Unite, Edward fiind primul suveran britanic care a traversat Atlanticul. Pe 24 septembrie 1861 şi-a cunoscut viitoarea soţie, prinţesa daneză Alexandra, în Germania.

Un an mai târziu, a cerut-o în căsătorie, iar pe 10 martie 1863 cei doi şi-au unit destinele la Windsor. Cuplul va avea cinci copii: prinţul Albert Victor, prinţul George (ulterior regele George al V-lea), prinţesa Louise, prinţesa Victoria şi prinţesa Maud. În timpul domniei mamei sale, Edward a îndeplinit diverse funcţii oficiale, dar a fost ţinut departe de deciziile importante – abia în 1898 a devenit adjunctul reginei, deşi aceasta a fost până la sfârşitul vieţii sceptică în privinţa capacităţii de a domni a fiului ei, din cauza caracterului îndoielnic şi a apetitului sexual de-a dreptul deviant manifestate de el.

Edward a devenit regele Eduard al VII-lea pe 22 ianuarie 1901, după moartea mamei sale. Suveran luminat, cunoscător al mai multor limbi străine, a iubit pacea şi a încheiat alianţa durabilă cu Franţa („Antanta").

De asemenea, a modernizat serviciile medicale şi flota comercială şi militară a Marii Britanii, fiind un împătimit reformator. A murit la 6 mai 1910, la vârsta de 68 de ani, la funeraliile sale asistând un sfert de milion de britanici, care l-au plâns sincer pe acest suveran îndrăgit.

Iadul pe Pământ:
Operaţiunea Meetinghouse

Deşi mulţi oameni consideră că lansarea de arme atomice la Hiroshima şi Nagasaki au reprezentat cel mai devastator atac din al Doilea Război Mondial, adevărul este cu totul altul: cel mai letal raid aerian a fost întreprins pe 9 martie 1945 de 330 de bombardiere americane B-29 asupra oraşului Tokyo: în doar câteva ore, capitala Japoniei a fost transformată într-un infern de foc – un sfert din clădiri au fost distruse, 100.000 de oameni au fost ucişi, iar peste un milion au rămas pe drumuri.

Raidul a reprezentat o schimbare tactică pentru aviaţia americană, care a trecut de la bombardamente aeriene precise, desfăşurate de la mare altitudine, la raiduri incendiare lansate de la altitudini mai scăzute.

Denumit Operaţiunea Meetinghouse, raidul a fost începutul unei serii de atacuri asupra oraşelor japoneze care s-au dovedit atât de eficiente încât, în iulie 1945, comandamentul american a ajuns la concluzia că nu mai existau ţinte viabile pe insulele nipone!

Distrugerile au fost atât de mari deoarece americanii intuiseră, corect, că atacurile cu bombe incendiare aveau să provoace mai multe pagube umane şi materiale decât raidurile de precizie – majoritatea locuinţelor japoneze erau construite din lemn şi ele au ars, într-adevăr, până la temelii.

Pentru a spori eficienţa bombelor, chimiştii americani au inventat chiar un nou produs – napalmul, un amestec combustibil pe bază de benzină şi având consistenţa unui gel, dezvoltat la Universitatea Harvard.

Un alt motiv pentru care raidurile au fost atât de devastatoare a fost acela că, în primăvara anului 1945, apărarea antiaeriană a oraşelor nipone era aproape inexistentă – în raidul asupra capitalei Tokyo doar 14 avioane americane au fost doborâte.

Raidul a fost deschis de avioane de recunoaştere, care au marcat principalele ţinte cu proiectile incendiare. Ulterior, sute de bombardiere au lansat asupra oraşului Tokyo un covor de bombe incendiare – peste 2.000 de tone, vizând în special docurile şi zonele industriale.

Combinaţia de substanţe incendiare, direcţia vântului şi lipsa unei coordonări eficiente a pompierilor de la sol au dus la crearea unei furtuni de foc. În unele locuri din Tokyo, temperatura la nivelul solului a atins aproape 1000ºC!

Carnajul declanşat a fost îngrozitor – piloţii ultimelor bombardiere care şi-au lansat încărcătura ucigaşă au mărturisit ulterior că mirosul de carne umană arsă, care ajungea până la ei, era insuportabil. Au fost distruse 63% din zona comercială şi 18% din cea industrială a Capitalei nipone şi 276.000 de clădiri au ars complet.

Estimările moderne susţin că această campanie de bombardament, precum şi atacurile nucleare de la Hiroshima şi Nagasaki au ucis în total peste un milion de civili japonezi, între lunile martie şi august din anul 1945.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

E bine de știut

Terapiile naturii

Bolile cardiovasculare continuă să reprezinte prima cauză de deces din lume. Între factorii de risc, cei mai importanți figurează colesterolul și grăsimile din sânge, atunci când valorile lor cresc peste anumite limite.

Colesterolul ne amenință sănătatea când este în exces și se depune pe interiorul vaselor de sânge, sub forma plăcilor de aterom. Acestea îngustează în diferite grade vasele, putând duce la accident vascular cerebral sau la infarct miocardic. În aceste condiții se impune protejarea vaselor sangvine prin reglarea nivelului colesterolului și al trigliceridelor. În afara medicamentelor tradiționale, o soluție eficientă pentru normalizarea valorilor colesterolului și trigliceridelor o reprezintă gemoterapia.

Specialiștii au demonstrat că mugurii și mlădițele tinere de plante produc vindecarea sau ameliorarea unor boli. E bine de știut că puteți apela cu succes la unele extracte gemoterapice care scad nivelul de colesterol și trigliceride. Astfel, extractul din sevă de mesteacăn reduce nivelul colesterolului, fiind cunoscut ca redutabil detoxifiant și remineralizant. Poate preveni stadiile inițiale ale aterosclerozei.

Extractul din muguri de migdal este principalul gemoterapic recomandat pentru scăderea valorii trigliceridelor, extractul din mlădițe de măslin este cel mai bun remediu gemoterapic în hipertensiunea arterială, cu efecte dovedite și în scăderea colesterolului și a trigliceridelor.

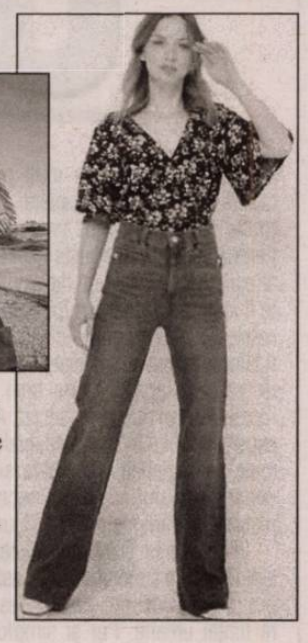
Extractul din mlădițe de rozmarin, detoxifiant la nivelul hepatic și biliar, este utilizat cu succes în caz de valori ale colesterolului și trigliceridelor crescute.

Dr. ANDY ANDREI

Revine în forță moda anilor '70

Încă un exemplu care ne demonstrează că moda revine. În acest sezon creatorii și-au îndreptat atenția și s-au inspirat din moda anilor '70. Franjuri, flori, fuste lungi și midi, toate sunt piese vestimentare care amintesc de acea perioadă.

Emblemă a anilor '70, pantalonul evazat revine în forță. Cu talie înaltă și croială evazată aceștia lungesc vizual silueta și sunt convenabili tuturor conformațiilor.



Fustele lungi și midi sunt piese puternice, care revin în versiunea fustei din denim sau a celei plisate. Rămân pe podium bluzele, cămășile, rochiile, cu gulere lavalieră sau asimetrice, vestele cu franjuri. Eșarfele din mătase înnodate în jurul gâtului sunt un accesoriu șic.

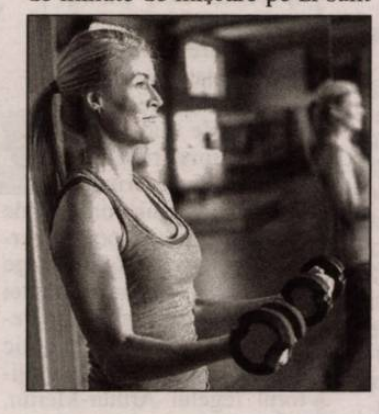
Sunt în vogă culorile calde: portocaliu, bordo, violet, bleu, roz pudrat.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Clișee și mituri despre ARDEREA CALORIILOR

Pentru că se apropie vacanța și vremea frumoasă ne îmbie să petrecem cât mai mult timp în aer liber, dr. nutriționist Cristian Panaite ne învață ce putem face pentru a slăbi mai mult. Una dintre întrebările care își va găsi răspuns în rândurile de față este câtă mișcare trebuie să faceți ca să susțineți pierderea în greutate?

Opinia dr. Cristian Panaite este că se repetă aceleași clișee și mituri legate de efectul mișcării în ceea ce privește pierderea în greutate. Da, 30 de minute de mișcare pe zi sunt necesare pentru o viață sănătoasă, dar pentru a ajunge la o siluetă de invidiat este nevoie de ceva mai mult. Care este de fapt impactul „mișcării" în tratarea obezității?



Există în prezent adevărate dezbateri științifice privind rolul pe care îl are mișcarea în epidemia mondială de obezitate din ultimii 20 de ani. Cert este că porțiile s-au mărit, aportul caloric zilnic s-a dublat și triplat comparativ cu anii '80, iar mișcarea zilnică de 30 de minute nu poate face față unei asemenea invazii de calorii, spun cercetătorii americani. În plus, există destule mituri care supraestimează arderea caloriilor prin exercițiu fizic.

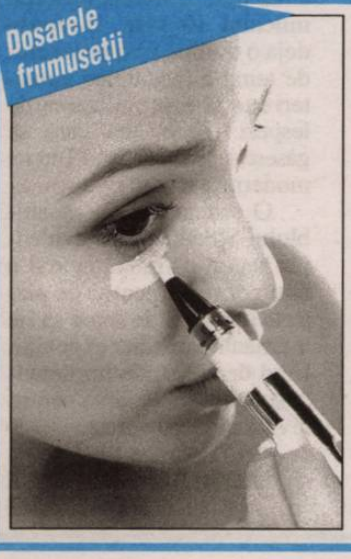
Ca să ardeți caloriile unui „big mac" consumat zilnic trebuie, de fapt, să mergeți pe jos 2 ore pe zi! Așadar, mișcarea poate preveni îngrășarea, dar timpul necesar în acest scop este aproape dublu față de recomandările specialiștilor americani.

O analiză efectuată pe mai multe studii arată că exercițiul fizic fără dietă are sub 3% efect asupra greutății corporale. Aceeași analiză spune că atunci când este combinată cu o dietă echilibrată, mișcarea are un efect sinergic și favorizează o pierdere în greutate mai mare decât cea provocată doar de dietă.

Mai mult, exercițiul fizic are beneficii semnificative la nivel cardiovascular și metabolic, și este esențial în prevenirea îngrășării de-a lungul vieții. Dar mișcarea sau exercițiul fizic susținut nu pot favoriza pierderea în greutate dacă faceți un exces zilnic de calorii (adică, în medie, peste 2.000 la femei și peste 2.500 la bărbați).

Așa că, mai ales în vacanță, dar nu numai, aveți grijă să nu faceți excese cu mâncarea sau alcoolul. Bucurați-vă de toate bunătățile, dar cu măsură și nu de toate o dată.

Dosarele frumuseții



Anticearcănul potrivit

Specialiștii afirmă că anticearcănul, utilizat corect, luminează privirea și chiar poate să mascheze cu succes petele venețiii de sub ochi, apărute mai ales după o noapte de nesomn. Cearcănele sau pungile de sub ochi pot avea cauze diverse, fiind fie moștenite genetic, fie datorate oboselii sau deshidratării tenului.

Pentru un efect natural, care să ofere mai multă luminozitate chipului, specialiștii recomandă aplicarea anticearcănului prin tehnica triunghiului. Aceasta înseamnă că anticearcănul nu trebuie folosit doar pe zonele de sub ochi, ci se creează un triunghi cu baza situată imediat sub ochi și cu vârful pe linia pometilor. Se umple această zonă cu anticearcăn, apoi se estompează foarte bine cu un burețel umed.

Poate fi aplicat deasupra și dedesubtul sprâncenelor, pentru a le defini mai bine. Trebuie însă estompat cu atenție.

Mai trebuie spus că anticearcănul ar trebui să aibă culoarea cât mai apropiată de cea a fondului de ten, dar mai deschisă cu un ton.

Cearcănele vinețiii sau albăstrui pot fi estompate cu un anticearcăn în nuanțe de galben sau bej. Cearcănele maronii sunt „camuflate" cu un produs în culoarea piersicii, cu pigment roz. O nuanță prea închisă sau alta prea deschisă nu vor face altceva decât să accentueze imperfecțiunile.

Gastronomice

Crochete de caşcaval

250 g caşcaval, 500 g cartofi, 20 g drojdie, 1 pahar făină, 2 ouă, o ceaşcă lapte, ulei, sare, piper.

Cartofii se fierb și se zdrobesc. Caşcavalul se rade fin, se adaugă peste cartofi împreună cu făina, ouăle, drojdia dospită în lapte și sare. Se frământă și se mai pune făină dacă aluatul este prea moale. Se formează crochete care se prăjesc în ulei încins.

Plăcintă cu cod

1 pachet aluat de foitaj.

Pentru umplutură: ***1 kg file cod, 3 ouă, 2 cepe, 3 linguri unt, pătrunjel verde, sare, piper.***

Fileurile se spală, se zvântă într-un șervet și apoi se toacă mărunt. Untul se pune la încins într-o cratiță, se adaugă ceapa tocată fin, fileurile de cod și se amestecă din când în când, pe foc mic aproximativ 15 minute. Se lasă să se răcească și apoi se adaugă 2 ouă crude, verdeața, sarea și piperul. Se pune jumătate din aluat în tava neunsă, apoi umplutura și se acoperă cu restul de aluat. Se unge cu oul bătut și se dă la cuptor pentru 25-30 de minute. Se servește caldă, cu diferite salate.

Salată grecească

O salată verde creață, o ceapă roșie tăiată felii, o ceașcă măsline negre, 2 ardei grași tăiați felii, 2 roșii mari feliate, 1 castravete tăiat rondele, o ceașcă cubulețe feta, 6 linguri ulei de măsline, o linguriță oregano, zeama de la o lămâie, piper negru.

Se amestecă într-un bol salata, ceapa, măslinele, ardeii, roșiile, castravetele și feta. Separat, se amestecă uleiul cu oregano, zeama de lămâie și piper după gust. Sosul astfel format se pune peste legumele din bol, se amestecă bine și se servește.

Prăjitură cu nucă

12 linguri ulei, 14 linguri zahăr, 14 linguri apă, 18 linguri făină, o cană nucă măcinată, 3 linguri cacao, 2 linguriţe praf de copt, 1 plic zahar vanilat.

Se freacă într-un vas zahărul, uleiul și se adaugă treptat apa până se amestecă bine. Se pune făina, praful de copt, zahărul vanilat și după ce se amestecă bine se adaugă și nuca. Se unge o tavă, se presară făină și se toarnă jumătate din aluat. În cealaltă jumătate se adaugă cacao și se toarnă ușor peste cea din tavă. Se coace la foc mediu până ce capătă o culoare aurie. După ce s-a copt, se lasă în tavă până se răcește, se taie și se presară cu zahăr pudră.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Controlul minţii şi OZN-urile

În 2011 Carl Grove, doctor în psihologie, a publicat, în prestigiosul *academia.edu* ***un articol vast, intitulat „OZN-uri, controlul minţii şi dezinformare: ce pot însemna toate acestea”*** *(UFOs, Mind Control, and Disinformation: What can it all mean).*

Deşi au trecut de atunci zece ani şi deşi autorul pare să dea uneori mai mult credit decât e cazul unor teorii ale conspiraţiei, concluziile sale rămân valabile şi merită să rezum aici, în cele ce urmează, câteva dintre ele.

Autorul recunoaşte că fenomene aeriene neobişnuite, inclusiv cu entităţi umanoide, distorsiunea spaţiu-timp, posibile indicaţii ale unor tehnologii avansate şi interacţiuni cu alte dimensiuni, apar de-a lungul întregii istorii umane şi în toate culturile. Sunt dovezi că unele OZN-uri pot rezulta din fenomene puţin înţelese care interacţionează cu creierul uman. Dar există şi o mulţime de dovezi că o inteligenţă extrem de sofisticată produce efecte fizice în mediul nostru: fotografii, înregistrări video, urmărire radar, amprente de aterizare, funcţionarea defectuoasă a unor dispozitive etc. ca şi efecte biologice, psihologice, paranormale, sociale şi culturale. Fenomenul pare să ţină cont de culturile umane şi de sistemele de credinţă dintr-un anumit timp şi loc.

Explicaţii raţionale

Explicaţiile avansate sunt multiple. De pildă Jacques Vallée susţine că fenomenul OZN este produsul unei interacţiuni complexe între o inteligenţă neumană şi evoluţia umană. O altă explicaţie ar fi testarea unor dispozitive militare ultrasecrete deasupra unor state străine. Dar nimeni, nici sovieticii, nici presupuşii supravieţuitori nazişti din Antarctica, nu ar avea nimic de câştigat printr-o asemenea activitate. Există şi vor exista întotdeauna unii care îşi exprimă credinţa (şi este doar o *credinţă)* că se poate găsi întotdeauna o „explicaţie raţională” pentru orice fenomen ciudat.

Totuşi, explicaţia cea mai populară este ipoteza extraterestră. În mod ironic, deşi ea ar trebui să fie considerată – în cel mai bun caz – doar o variantă dintre multe, popularitatea ei a crescut la un nivel fără precedent. Carl Grove crede că un factor major în acest proces, pe care îl consideră retrograd, este şi un program concertat de dezinformare, care utilizează tehnici de control al minţii, inducând unor „martori” evenimente şi răpiri false, distribuind documente false, amestecând „dovezile” autentice cu explicaţii absurde, argumentele cu apeluri emotive şi „lăsându-i pe idioţi în seama lor”, îngropând astfel în confuzie şi ridicol un fenomen incomod.

Autorul analizează în detaliu o serie de exemple în acest sens: cazul Roswell, afirmaţiile colonelului Philip Corso privind retroingineria unor resturi recuperate din OZN-uri prăbuşite, debarcarea din pădurea Rendlesham, documentele MJ-12, cazurile Bob Oechsler, Bob Lazar, proiectul Condon etc.

Desigur, nu este cazul să presupunem că tot „fenomenul OZN” este un rezultat al dezinformării. Dezinformarea doar a denaturat viziunea asupra fenomenului şi a reuşit să destabilizeze cercetarea OZN, în timp ce adevăratul mister continuă. Vallée critica ipoteza extraterestră argumentând că există mult prea multe cazuri de întâlniri apropiate; mult prea multe debarcări, mult prea multe nave pentru a fi vorba de nişte expediţii de pe alte planete. Acelaşi tip de argument poate fi folosit şi împotriva ipotezei dezinformării. Dacă toate răpirile extraterestre ar fi falsuri ar trebui implicat un număr foarte mare de agenţi foarte bine pregătiţi, lucrând în cel mai strict secret. Adăugând experţii tehnici în efecte speciale, problemele de logistică, securitate şi aşa mai departe, devine clar că necesarul de resurse ar fi imposibil de asigurat.

Fenomenul OZN ne aminteşte constant limitările cunoştinţelor noastre – despre Univers, despre viaţă şi despre natura fiinţei umane. Pur şi simplu nu ştim suficient despre natura realităţii. Tipurile de teorie la care conduce acest tip de speculaţii sunt „alte dimensiuni”, „universuri paralele”, „distorsiuni spaţiu-timp”, „inconştient colectiv” şi altele asemenea. Dacă încercăm să luăm în considerare toate aceste posibilităţi exotice, laolaltă cu activităţile de dezinformare, ne aflăm într-o situaţie confuză de coşmar. Rezultă o zonă „gri” formând mitologia contemporană OZN.

Pentru mulţi aşa-numiţi ufologi – spune Grove – credinţa OZN este mai

importantă decât cercetarea OZN. Ufologul John Keel spunea: „inamicul este Credinţa”. Într-o situaţie confuză, în care adevărul pare evaziv şi chiar de neatins, este firesc să cauţi şi să te ţii de tot ceea ce pare să ofere un răspuns facil. Un asemenea „răspuns” poate fi „extratereştrii”, dar poate fi şi „OZN-urile sunt prostii”, sau „complotul CIA”, iar lista poate fi extinsă.

Pe lângă pericolele evidente: de a ajunge la concluzii premature, de a ne irosi viaţa urmărind un lucru greşit etc., trebuie să ne amintim că experţii în dezinformare prosperă în astfel de situaţii, deoarece pot oferi exact genul de răspuns lesnicios pe care victimele lor îl caută inconştient. Metode de „spălare a creierului”, precum cele practicate în programul MKULTRA, poate şi controlul telepatic al minţii, sau proiecţia imaginilor în mintea unor ţinte, sunt doar forme brute şi extreme ale acestui proces. Mai mult, dezinformatorilor le place să creeze stări de confuzie ca un precursor al prezentării propriu-zise a înşelăciunii. Putem vedea acest lucru în situaţii individuale în care este generată confuzie deliberată între diferite incidente OZN. Cantităţi uriaşe de „zgomot”, introduse cu atenţie, zădărnicesc limpezirea lucrurilor. Odată ce un sistem de credinţe este stabilit în minte, el este foarte dificil de schimbat. Cel în cauză consideră că sunt binevenite informaţiile care-i susţin credinţele, dar datele care contravin acestora sunt fie respinse, fie manipulate până când pot fi făcute să pară congruente. Astfel de sisteme stau la baza tuturor activităţilor noastre – religioase, politice, ştiinţifice, judiciare, ori artistice.

Al doilea defect major al gândirii – spune Grove – asociat strâns cu primul, este identificarea cu un grup. Din nou, din motive care au avut sens în stadiul de vânători-culegători al evoluţiei, oamenilor le place să se identifice cu un grup, trib, organizaţie, profesie, club, sport, sau ţară. Acest grup social oferă cel mai adesea, aproape ca preţ al calităţii de membru, un sistem de credinţe căruia membrii grupului („cei buni”) trebuie să-i dea crezare. De aici nu e decât un pas mic pentru a începe să-i privim pe cei care nu sunt membrii grupului ca „străini”, „eretici”, sau „duşmani”.

Sentimentele de anxietate

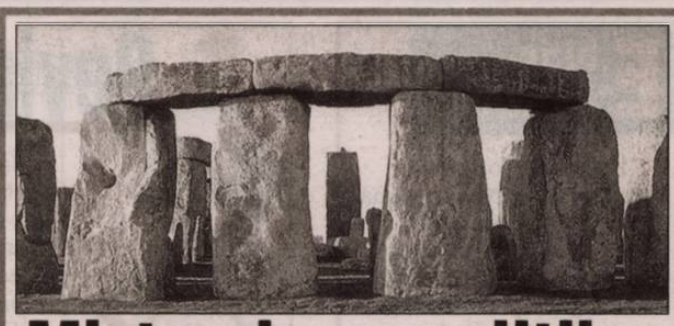
În unele cazuri, conflictul rezultat este pur verbal, dar prea des, după cum ştim cu toţii, el se transformă în ură şi violenţă. Acest lucru duce la al treilea nostru defect de gândire: emoţia. Ceva ce se potriveşte cu sistemul nostru drag de credinţe ne conduce să ne simţim mulţumiţi, confortabili. Ceva care pare a fi incompatibil cu acesta duce la sentimente de tulburare, anxietate şi furie. Omul de ştiinţă care se autodefineşte „obiectiv” nu este nici el imun la emoţionalitate. Nici persoana religioasă „iubitoare” a cărei iubire este limitată prea adesea doar la cei care împărtăşesc sistemul său particular de credinţă. Aceste trei puncte slabe cognitive sunt cele care fac posibil ca exponenţii dezinformării să ne controleze gândirea şi comportamentul. Trebuie să le privim ca pe slăbiciuni ale noastre şi să ne confruntăm cu ele, mai degrabă decât să dăm vina pe cei care profită de ele. Dar cum putem aplica acest sfat în situaţia actuală?

Singura sugestie pe care Grove o poate oferi este să revenim la o etapă ceva mai timpurie din istoria ştiinţei. La un moment dat, ştiinţa a adoptat ca strategie generală metoda „ipotetico-deductivă”. Confruntat cu un set de date despre un fenomen fizic, omul de ştiinţă sugerează o ipoteză pentru a explica datele. Această ipoteză conduce la predicţii despre ceea ce s-ar putea întâmpla dacă diferitele variabile ar fi manipulate în anumite moduri.

Experimentul este condus şi, dacă rezultatele sunt în concordanţă cu ipoteza, omul de ştiinţă se simte justificat în credinţele sale. Cu toate acestea, această strategie se pretează celor trei defecte ale gândirii şi poate că de aceea a şi ajuns să predomine. În loc să se confrunte direct cu fenomenele de bază, omul de ştiinţă se trezeşte răspunzând la opiniile altor oameni de ştiinţă. El tinde să se identifice cu acei cercetători care împărtăşesc opiniile sale. Între şcolile rivale de gândire se dezvoltă conflicte. Şi în curând dezbaterea, conflictul şi angajamentul emoţional devin aproape mai importante decât subiectul de cercetare abordat. Francis Bacon a recomandat modul inductiv de investigaţie - culegeţi faptele, analizaţi-le – fără a ţine seama de prejudecăţi sau de opiniile profesorului Cutare despre ele – şi vedeţi ce apare.

Grove crede că aceasta este calea de urmat dacă vrem să facem progrese în domeniul complex şi mistificator al fenomenului OZN. Şi, din păcate, va trebui să ţinem cont nu numai de fenomenul în sine, ci şi de deturnarea acestuia de către interese speciale şi de manipularea lui pentru scopuri politice egoiste, prin controlul mintii şi dezinformare.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ



Misterele megaliţilor

Pe suprafaţa Pământului sunt răspândite numeroase astfel de alcătuiri, în mod cert realizate de o civilizaţie deloc înapoiată, ce a trăit în epoca bronzului. O perioadă crucială în istoria umanităţii, aşa cum au stabilit oamenii de ştiinţă: acum trăieşte primul faraon al Egiptului antic, sunt create ideogramele chinezeşti, se dezvoltă civilizaţia Mesopotamiei, cea a Sumerului, a vechii Indii...

Convenţia oficială din era modernă şi contemporană rămâne însă fidelă ideii că logica umană nu concepe ca în urmă cu cinci milenii, să fi existat tehnologii capabile de mega-lucrări cum este şi complexul Stonehenge.

Nu se ştie cu certitudine cine l-a ridicat şi mai ales cum anume. Nedumerirea şi stupefacţia generală sunt cauzate de faptul că lespezile uriaşe cântăresc până la 50 de tone şi au fost aduse pe locul cunoscut astăzi de la peste 250 de kilometri depărtare, dar nu aceasta este cea mai importantă problemă, ci aceea referitoare la destinaţia şi rolul construcţiei.

Există mii de structuri antice din piatră în toată lumea, multe remarcabil de asemănătoare. Numărul incredibil al acestor misterioase structuri de piatră i-a obligat pe arheologi să le rezerve o categorie specială: sunt numiţi „megaliţi” şi constituie unul dintre marile mistere ale planetei noastre.

Stonehenge, unul dintre cele mai cunoscute şi misterioase situri din Mare Britanie, constând într-un complex de pietre dispuse în poziţii verticale şi orizontale atrage turişti aflaţi în căutarea unei conexiuni spirituale cu trecutul. Monumentul neolitic asociat multă vreme cu vrăjitorul regelui Arthur-Merlin, cu druizii sau cu zeul soarelui Apollo, al cărui scop exact a rămas necunoscut până în prezent, se presupune că a fost construit să „găzduiască” spiritele celor morţi.

În general, megaliţii sunt împărţiţi în două categorii mari: dolmene şi menhire. Cele dintâi sunt numite şi „încăperi funerare”, fiind construite prin aşezarea unei lespezi mari, ca un fel de acoperiş, pe alte pietre la fel de mari, cu rol de susţinere, asemănătoare unor coloane. Sub acestea sau în jurul unor dolmene s-au găsit şi oseminte umane, de unde ipoteza (nu certitudinea!) funcţiei lor de monumente mortuare. Cea mai mare concentraţie de dolmene megalitice se află în Coreea, peste 35.000, dar cele mai vechi se află în Europa de Vest, multe în Irlanda şi Anglia, datate în urmă cu circa 7.000 de ani. Asemenea structuri masive de piatră se găsesc în India, China, Rusia, Iordania şi în multe alte locuri.

Extrem de interesant, artefactele şi relicvele umane descoperite în zona dolmenelor datează din perioade ulterioare construirii acestora. Mai realist spus, semenii noştri de acum şapte milenii au găsit imensele alcătuiri de piatră, probabil copleşiţi de magnitudinea şi de forma ansamblurilor s-au statornicit în preajmă şi au început astfel să le venereze ca fiind locuri sacre, încărcate de energii şi puteri nelumeşti.

Însuşiri atribuite menhirelor – de asemenea pietre uriaşe, cu greutăţi de zeci de tone, aşezate pe verticală, într-un mod similar cu obeliscurile vremurilor cunoscute. Iar legat de aşezare şi de trimiterea la cunoştinţele incredibile ale unor civilizaţii evident avansate, o dovadă incontestabilă în acest sens este dispunerea pietrelor în structuri geometrice cu o simbolistică deosebit de

Dolmenul Pentre Ifan, Ţara Galilor

complexă, universal valabilă: cercuri, spirale, unghiuri drepte, piramide.

Se speculează că situl în care a fost construit Stonehenge a fost folosit de oameni într-o perioadă ce urcă până la anii 8.000 î.Hr. Însă chiar mai devreme, încă din mileniul 10 î.Hr., începuse deja o tradiţie a complexelor de temple megalitice caracterizate şi prin utilizarea de lespezi uriaşe, aşa cum se găsesc şi astăzi în zona Turciei moderne.

O scanare 3D a ansamblului Stonehenge a evidenţiat faptul că monumentul a fost construit pentru ca pietrele luminate de soare să fie asemănătoare unei expoziţii, fiind demonstrată importanţa solstiţiului de iarnă pentru civilizaţia preistorică.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Uimitorul comportament al primatelor

Fie că sunt sau nu sunt strămoşii „naturali" ai omului, primatele reprezintă o specie cu totul deosebită de celelalte mamifere, inclusiv prin aspecte ale comportamentului lor colectiv pe care le cunoaştem foarte puţin.

Şi din acest motiv, descoperiri ale cercetătorilor vin să ne surprindă datorită unor detalii considerate până acum ca aparţinând exclusiv oamenilor.

„Moaşe" cu blană

Pe dealurile Nongguan, într-o zonă de frontieră dintre China şi Vietnam, vieţuieşte singura populaţie din lume ce aparţine unei specii de primate ajunse, din nefericire, în pragul extincţiei (au mai rămas în stare de sălbăticie sub 1.000 de exemplare): semnopitecii sau langurii Cat-Ba.

Supravegheaţi îndeaproape de cercetători, aceştia au oferit la un moment dat – datorită unui film realizat în habitatul lor – amănunte extrem de valoroase, în legătură cu un anume mod „subtil" de acţiune efectivă, proprie, în scopul bazat pe instincte al perpetuării speciei. Este vorba despre modul de naştere, similar cu cel întâlnit la om.

La toate mamiferele, acest proces prezintă o complexitate greu de imaginat: fiecare clipă şi fiecare mişcare a mamei şi a puiului expulzat au rolul lor aparte, nimic nu se produce la întâmplare. Comparativ, în vederea finalizării fără probleme a naşterii, oamenii beneficiază de binecunoscuta profesie medicală de moaşă.

Ei bine, exact acelaşi element există şi în cazul langurilor Cat-Ba. Când viitoarea mamă dă semne că momentul naşterii este foarte aproape, în jurul ei se adună mai multe femele „cu experienţă". Astfel, în întregul proces al naşterii puiului sunt implicate atât mama, cât şi „moaşa", alături de care celelalte supraveghetoare ale naşterii stau gata să intervină la nevoie, fenomen numit aloparentare, îngrijirea puilor care nu sunt descendenţi.

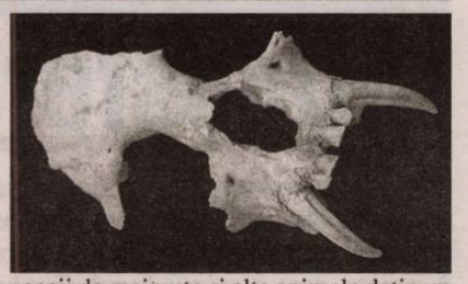
Până şi micile gesturi prin care este impulsionată expulzarea seamănă cu cele ale profesionistelor din maternităţile noastre. În urma observării surprinzătoarelor scene filmate, primatologii au apreciat, absolut obiectiv, că în mod asemănător râsului, constatat şi la cimpanzei, obstetrica nu este nici ea strict specifică speciei umane.

Straniul gibon din mormântul împărătesei

În aceeaşi regiune a Asiei Orientale trăiesc în prezent şi câteva specii de giboni, a căror scară evolutivă oferă unele detalii apreciate de oamenii de ştiinţă ca fiind mai degrabă ciudate. Principala caracteristică a gibonilor este faptul că formează perechi pe viaţă, asemănătoare oamenilor.

O serie întreagă de controverse a iscat descoperirea scheletului unui asemenea exemplar în mormântul împărătesei Xia Ji, bunica pe linie paternă a lui Qin Shi Huang, primul împărat al Chinei şi considerat „părintele" Marelui Zid.

Chiar dacă la numeroase popoare asiatice unele



specii de maimuţe şi alte animale deţin un statut divin sau de semizeităţi, e surprinzător faptul că defuncta de acum peste 2.300 de ani a fost înmormântată (în Xi'an, capitala antică a ţării) având în jurul său o adevărată mini-grădină zoologică.

Între numeroasele vietăţi ce făceau parte din cortegiul tombal necuvântătoare se află sus-menţionata primată, caracterizată prin dimensiunile mici ale capului, precum şi prin membre lungi – dintr-o specie până acum necunoscută. Alături de osemintele gibonului au fost găsite şi relicve de leoparzi, urs negru, linx şi de animale domestice identificate ca însoţitoare către celălalt tărâm ale personalităţii decedate.

Cercetătorii s-au întrebat ce căuta totuşi respectiva specie de primată în acest loc, în condiţiile în care altul e habitatul său. Având în vedere aura particulară de care beneficiau gibonii în Antichitatea chineză, cel mai probabil acesta era pentru împărăteasă ceea ce astăzi se numeşte animal de companie.

Însă oricare ar fi fost statutul individual al acelui exemplar, mult mai important este ca oamenii de ştiinţă să stabilească locul speciei (dispărute între timp) în lanţul evoluţiei primatelor.

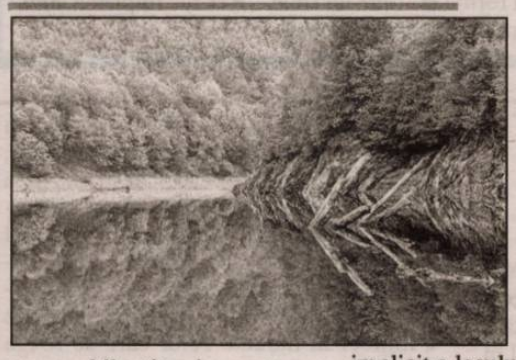
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Lacul Mălaia

Unul dintre cele mai spectaculoase lacuri artificiale din România, Mălaia a fost construit în 1978, ca lac de acumulare pentru hidrocentralele Mălaia şi Brădişor. Situat la o altitudine de 480 m, lacul are o suprafaţă de 46 hectare şi o adâncime maximă de 22 m.

Din păcate, deşi poate fi un obiectiv turistic remarcabil, atât prin spectaculozitatea construcţiei în sine, cât şi prin peisajele deosebite din jur, lacul Mălaia este puţin promovat. El constituie însă o destinaţie ideală pentru amatorii de relaxare şi drumeţie şi, nu în ultimul rând, pentru pescari, având ape bogate în păstrăv.



Nu departe de aici se află staţiunea omonimă, situată pe râul Lotru şi înconjurată de munţii Lotrului şi Căpăţânii. Tot în zonă se găseşte şi rezervaţia forestieră Pădurea Latoriţei, renumită pentru exemplarele seculare de zadă şi zâmbru, două specii de arbori destul de rar întâlnite în Carpaţi (patria zâmbrului, de pildă, o reprezintă munţii Alpi). De asemenea, amatorii de drumeţii pot vizita cascada Scoruş, care este, după unii, cea mai înaltă din România, deşi nu a fost omologată ca atare.

O altă atracţie este Peştera Laptelui. Ca să ajungeţi aici, din localitatea Mălaia mergeţi până în Valea Măceşului, apoi continuaţi drumul până la Ciungetu. La o intersecţie, continuaţi drumul către stânga peste un pod. După ce se termină zona de case, mergeţi până veţi ajunge la un semn de pe o stâncă unde este scris Peştera Laptelui.

Denumirea regiunii (şi implicit a lacului de acumulare) provine de la un faimos haiduc, pe nume Mălai, care şi-ar fi aflat refugiul în aceste locuri sălbatice. De altfel, munţii Lotrului, în ansamblul lor, au constituit, cu sute de ani în urmă, un liman pentru numeroasele cete de haiduci existente în zonă.

Cascadele, peşterile, munţii şi lacurile din zona Malaia creează un peisaj unic, de o frumuseţe care îşi păstrează intensitatea, schimbându-şi doar culorile în funcţie de anotimp.

GABRIEL TUDOR

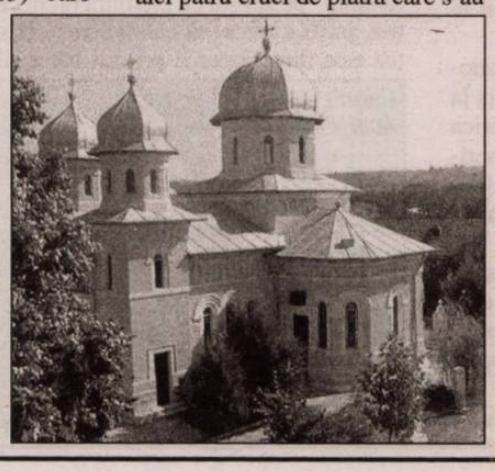
Tradiţii creştine

Izvorul Tămăduirii şi Mănăstirea Dervent

Vineri 7 mai, în prima săptămână după Sfintele Paşti, Biserica noastră prăznuieşte „Izvorul Tămăduirii", una dintre marile sărbători închinate Maicii Domnului.

Sărbătoarea evocă o întâmplare, petrecută în împrejurimile oraşului Constantinopol, o adevărată minune trăită de împăratul Leon cel Mare (457-474). Tradiţia spune că nu era încă împărat şi, plimbându-se printr-o pădure a întâlnit un orb care i-a cerut să-i dea apă să bea. Viitorul împărat a început să caute un izvor şi a auzit glasul Maicii Domnului care i-a spus unde va găsi apă îndemnându-l să-i dea orbului să bea şi să-i spele ochii. Leon a găsit izvorul şi a spălat cu apa lui ochii orbului care şi-a recăpătat vederea.

Ajuns împărat, el a ridicat pe locul respectiv o biserică şi, aflând de apele tămăduitoare de aici, mulţi bolnavi şi-au găsit vindecarea cu ajutorul lor. Unul dintre aceştia a fost chiar împăratul Iustinian (527-565) care spălându-se cu apa izvorului s-a vindecat de o boală grea căreia doctorii nu-i găsiseră leac. Drept mulţumire a ridicat aici o biserică mai mare care însă a fost distrusă de turci în 1453, la căderea Constantinopolului.



În secolul al XIX-lea a fost înălţată aici o altă biserică care are la subsol un paraclis unde există încă izvorul tămăduitor. În ziua acestui mare praznic religios se sfinţesc apele şi se oferă credincioşilor Aghiazma Mică. Aceasta poate fi băută tot anul şi se foloseşte de asemenea la stropirea încăperilor.

În ţara noastră multe biserici şi mănăstiri au hramul „Izvorul Tămăduirii". Una dintre acestea este mănăstirea Dervent din judeţul Constanţa. Mănăstirea cu obşte de călugări, pe lângă „Izvorul Tămăduirii" are şi hramul „Sfânta Parascheva" pentru biserica mare şi „Sfântul Mucenic Gheorghe" şi „Înălţarea Sfintei Cruci" pentru paraclis.

Aşezământul are o istorie străveche şi dramatică asemenea multor locaşe din zonă. În timpul lui Diocleţian (285-305) în Dobrogea au fost martirizaţi mai mulţi creştini, consemnaţi în Acta Sanctorum, fără a se menţiona locul martiriului. Alţii sunt martirizaţi nu departe de Dervent, în cetatea Silistra şi patru creştini chiar pe locul unde se află acum biserica mănăstirii. Se păstrează aici patru cruci de piatră care s-au dovedit a avea puteri tămăduitoare. Se spune că aceste cruci au răsărit pur şi simplu din pământ şi mulţi le pun în legătură cu martirii de aici.

Conform tradiţiei, în secolul al XI-lea exista aici o biserică de mănăstire distrusă de pecenegi în anul 1036 odată cu cetatea Capidava. După Războiul de Independenţă au fost descoperite crucile de piatră de un cioban surdomut care, dormind în apropierea lor s-a vindecat complet. Urmează un lung şir de tămăduiri în apropierea lor şi, în 1923 P.S. Ilarie Teoforescu al Tomisului înfiinţează o mănăstire pe terenul donat de familia Andreevici şi Paraschiva Gheorghiu. În 1934 paraclisul în care erau adăpostite crucile este distrus de un incendiu dar icoanele rămân neatinse. În 1936 P.S. Gherontie al Tomisului pune piatra actualei biserici ridicată după planurile arhitectului N. Săndulescu şi sfinţită la 13 septembrie 1942. Este o biserică impunătoare, cu două altare iar în pronaos se află o icoană a Maicii Domnului, făcătoare de minuni. În 1959 mănăstirea a fost desfiinţată, din 1970 a funcţionat ca biserică parohială şi din 1990 de la data de 2 februarie a fost reînfiinţată ca mănăstire.

În apropiere se află cetatea bizantină Păcuiul lui Soare, considerată vechea cetate Vicina de unde în 1359 s-a adus la Curtea de Argeş Mitropolitul Iachint, primul mitropolit al Ţării Româneşti.

IRINA STOICA

Atmosferă abstractă în 3D

Niciun muritor nu se poate întrece cu Divinitatea, însă – tocmai din ceea ce aceasta a lăsat pe pământ – o categorie cu totul aparte, care a primit harul absolut special al dătătorului de viaţă şi duh lumesc, este reprezentată de artiştii creatori autentici, fie ei pictori, sculptori, muzicieni, poeţi...

Prezentăm mai jos o creatoare artistică foarte tânără şi aflată la începuturile ascensiunii sale într-un domeniu plastic aparte. Se numeşte *Rebeca Dumitru,* ca formaţie profesională este medic psihiatru rezident, iar unul dintre numele cu care îşi semnează cel mai frecvent lucrările este *Agapes Reign.* Tehnica folosită şi finalitatea acesteia se plasează într-o zonă „de graniţă", care constituie de altfel „sâmburele" germinativ al întregii sale activităţi.

Pornind de la pictura clasică, bidimensională, ea realizează o translaţie, un *glissando* către cele trei dimensiuni ale lumii fizice cunoscute de noi, însă mesajul final îndrăzneşte mult mai mult, trimiţând receptorul într-o lume în care nu există o aşa-zisă limitare: acel spaţiu numit (de fizicieni!) n-dimensional.

Ea dezvoltă un stil original de artă 3D şi realizează lucrările de pictură folosind lut, marmură lichidă, cupru şi alte materiale aplicate pe pânză prin structuri de rezistenţă.

De aici, şi afirmaţia deloc hazardată amintită: Rebeca Dumitru va rămâne în istoria artelor plastice contemporane, ca o exponentă de marcă a unui curent de mare viitor; dacă vreţi, comparabil în domeniul... inteligenţei artificiale de vârf sau cu obţinerea prin

imprimanta 3D a celor mai neaşteptate „produse": organe umane, alimente, materiale de construcţie.

De fapt, cine este această tânără uimitoare şi totodată discretă, dar extrem de tenace şi profundă în realizările sale artistice? O prezentare succintă a avut amabilitatea să facă, pentru cititorii publicaţiei „Magazin", însăşi artista: ***„Agapes Reign** înseamnă «o domnie, un regat al iubirii pure pentru artă şi frumos». **Agapes** este forma de iubire pe care Dumnezeu o are pentru noi o iubire sinceră, dezinteresată. Aşa intenţionez şi încerc în fiecare zi şi eu să îmi trăiesc viaţa şi să ascult de vocea interioară cu privire la alegerea unui drum în viaţă. Iubesc oamenii şi iubesc arta; atât timp cât sunt fericită şi mă regăsesc în ceea ce fac, cred că reuşesc să îmi urmez ţelul. Mă hrănesc din satisfacţia împlinirii acestei dorinţe de a ajuta şi de a bucura oamenii."*

Dar, oare, există o reală compatibilitate între cele două ample şi generoase domenii cărora Rebeca recunoaşte că le aparţine cu întreaga sa fiinţă sau ele se pot „incomoda" cumva? Nicidecum, ne răspunde

artista: *„Medicina şi arta mă ajută foarte mult în acest scop. În plus, am găsit o modalitate chiar şi mai puternică de a-i ajuta pe oameni prin artă, subiectele picturilor mele fiind bazate pe probleme existenţiale, sociale şi emoţionale.*

Unele dintre tablourile mele sunt: ● ***Păcatul originar** – simbol şi reamintire a potenţialului impact al încălcării Ordinii Divine;* ● ***Roma în flăcări în timpul împăratului Nero** – puterea şi nebunia unui conducător tiranic, care cânta în timp ce magnifica urbe, capitala imperiului ardea, imagine dincolo de care se arată însă şi semnificaţia puterii unei alegeri populare nefericite în ceea ce priveşte conducerea unei ţări;* ● ***Explozie solară** – conştientizarea naturii imprevizibile şi muritoare în care ne aflăm, care ne defineşte ca oameni, printr-un eveniment ce urmează, probabil, a se întâmpla şi care ar putea însemna nimicirea speciei noastre;* ● ***Tatăl cu doi fii** – problematica intimă foarte complexă, dar din păcate prea puţin observată de cei din jur, a părintelui rămas ori care se simte singur, cu toate provocările afective şi spirituale pe care le întâlneşte şi cu care este nevoit să se confrunte, nu de puţine ori, în mod dureros."*

...În urmă cu un veac, de pe plaiurile gorjene a plecat în lume, urmând un gen de urcuş trudnic către Pisc, genialul cioplitor în lemn şi piatră care avea să devină deschizătorul noii căi de evoluţie a sculpturii moderne, Constantin Brâncuşi.

Păstrând deocamdată proporţiile, ne putem referi la fascinantele realizări de astăzi ale Rebecăi Dumitru ca la prefigurarea unei ascensiuni distincte a picturii tridimensionale, simbolizând astfel o altă Facere a Lumii. Grăuntele de materie, gând şi simţire prinde treptat contur, apoi formă şi – într-un final – Rebeca imprimă cumva asupra lui impulsul necesar mişcării.

Sfântul adolescent al milenialilor

Istoria creştinismului, la fel ca toate cele referitoare la religiile lumii, înregistrează şi aspecte insolite, mai mult sau mai puţin veridice. Nu ne referim aici la elemente de tipul sfântului Hristofor (cu cap de câine sau lup sau miel), cel ce seamănă izbitor cu zeul egiptean Anubis, ci la un caz neobişnuit pentru zilele noastre, înregistrat cu mai puţin de un an în urmă.

Este povestea lui Carlo Acutis, adolescentul italian care şi-a pierdut viaţa la 15 ani şi care a fost beatificat de Biserica Catolică. Papa Francisc l-a propus tinerilor ca pe un model de sfinţenie al erei digitale, comemorarea liturgică a fericitului Acutis urmând a fi celebrată în fiecare an pe 12 octombrie, ziua morţii sale. De la o vârstă fragedă, acestuia i se atribuie convertirea la catolicism a mai multor persoane, una dintre ele fiind propria sa mamă, Antonia.

Născut pe 3 mai 1991 la Londra într-o familie fără înclinaţii religioase, la vârsta de 4 ani a cerut să fie dus la biserica din Milano, iar la 7 ani a dorit să i se dea prima împărtăşanie.

Carlo era un copil foarte disciplinat, ordonat şi ataşat de religia sa. După ce s-a împrietenit cu Rajesh, un hindus practicant, angajat al părinţilor săi, el l-a „contaminat" pe acesta cu credinţa lui neclintită, încât a trecut la catolicism. „Tristeţea este direcţionarea privirii către sine, fericirea este direcţionarea privirii către Dumnezeu. Convertirea nu este altceva decât a privi de jos în sus. O mişcare simplă a ochilor este suficientă." – scria băiatul în jurnalul său.

Carlo Acutis

Catolic fervent, în acelaşi timp îi plăceau tehnologia şi internetul. În şcoala elementară a învăţat să codeze, să editeze videoclipuri şi să creeze animaţii, iar ani mai târziu a creat o pagină de internet unde, printre altele, a explicat şi a catalogat miracolele creştine.

Din păcate, la începutul lunii octombrie 2006, Carlo a fost diagnosticat cu o formă de leucemie considerată foarte agresivă. După doar câteva zile, a murit la spitalul San Gerardo di Monza, iar conform dorinţei sale a fost înmormântat în oraşul Assisi.

Şapte ani mai târziu, s-a aflat că adolescentul contribuise decisiv la vindecarea miraculoasă a unui copil brazilian foarte grav bolnav, iar după descoperirea faptului că trupul lui Carlo rămăsese nealterat au început demersurile pentru beatificarea sa. Pe 10 octombrie 2020, Carlo Acutis a fost beatificat în Bazilica Sfântul Francisc de Assisi după ce cardinalul, Agostino Vellini, a citit decretul oficial emis de Papa Francisc. Beatificarea – recunoaşterea faptului că o persoană a intrat în Rai – are capacitatea de a mijloci în numele celor care se roagă pasul către sfinţenie. Odată ce un al doilea miracol a fost certificat de un consiliu, Carlos Acutis a devenit „sfântul patron al internetului".

A fost depus în „Mormântul celor binecuvântaţi", exact aşa cum trăise fizic, ca un simbol al generaţiei ce poate aduce mântuirea lumii de azi – îmbrăcat în blugi, cu pantofi de tenis Nike şi hanorac, îmbrăcămintea pe care o purta de obicei în scurta sa viaţă de adolescent.

Papa Francisc l-a menţionat pe Carlo în „Scrisoarea către tineri", semnată în 2019 la încheierea lucrării Sinodului, cu un citat al acestuia – „Toţi se nasc originali, însă mulţi mor ca fotocopii.".

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU
şi
NICUŞOR DINCĂ

Ştiaţi că...

◆ ...marele compozitor german Beethoven i-a dedicat iniţial Simfonia a III-a „Eroica" republicanului Napoleon Bonaparte, retrasă ulterior după ce acesta a devenit împărat în 1804?

◆ ...pictura murală pe pereţii exteriori ai mănăstirilor din Moldova, a apărut

în secolul al XVI-lea, în timpul domniei lui Petru Rareş?

◆ ...cea mai veche republică din lume este San Marino? A fost întemeiată în anul 301, când Sfântul Marino, originar din Dalmaţia, s-a stabilit împreună cu o mică comunitate creştină pe muntele Titano.

◆ ...tuatara (şopârla arhaică) care trăieşte în Noua Zeelandă este consi-

derată o autentică „fosilă vie", datând din Triasic (aproximativ 200 milioane de ani)?

◆ ...în Statele Unite, 33 de localităţi poartă numele lui Benjamin Franklin?

◆ ...Barajul Hoover din SUA a fost proiectat să reziste pentru cel puţin 2000 de ani? Cimentul folosit la

ridicarea impresionantei construcţii se va întări complet în aproximativ 500 de ani.

◆ ...în Australia cresc circa 13.000 de specii de plante care nu se întânesc pe alte continente.

Ştiaţi că...

Oglindindu-şi zidurile în apele Tibrului, în centrul Romei (Italia), Castelul Îngerului este o construcţie masivă de piatră, înfruntând vremurile de aproape două milenii. A fost ridicat de împăratul Hadrian în anul 130 d.Hr. ca o construcţie ce urma să-i fie împăratului mausoleu după moartea sa şi a fost realizată după propriile sale desene.

Castelul Sant'Angelo

Era un monument funerar asemenea celor etrusce, de proporţii impresionante având ca model mausoleul lui Octavian Augustus aflat în apropiere. Camera mortuară plasată în centrul construcţiei a adăpostit mai întâi cenuşa împăratului şi cea a familiei sale, apoi rămăşiţele pământeşti ale succesorilor săi până la împăratul Marcus Antonius (188-217 d.Hr.). Monumentul era de fapt un tambur circular ridicat deasupra unui parc impresionant.

În timpul lui Aurelian (214-275 d.Hr.) şi-a păstrat funcţia funerară, dar a fost încorporat între zidurile oraşului şi folosit într-un sistem defensiv destinat să apere Podul Aelius, astăzi Podul Îngerilor, construit în timpul lui Hadrian şi făcând legătura cu centrul Romei.

În jurul anului 520, regele Theodoric, instalat la Roma a transformat mausoleul în închisoare de stat, rol pe care l-a deţinut până în 1901. Printre deţinuţii de aici au figurat personalităţi cunoscute ca Benvenuto (sculptor), Cellini, bijutierul papei, Galileo Galilei sau Giordano Bruno.

În anul 590 Roma a fost victima unei epidemii de ciumă căreia sute de oameni i-au căzut pradă. Papa Grigore cel Mare a organizat o procesiune prin Roma cu credincioşi care se rugau la Dumnezeu, implorându-l să pună capăt epidemiei. Când procesiunea a ajuns la mausoleul lui Hadrian, aflat la zidurile oraşului, papa Grigore a avut o viziune a arhanghelului Mihail deasupa fortăreţei care şi-a băgat sabia în teacă. Era semn că ciuma se terminase şi din ziua aceea castelul a primit numele pe care îl are şi astăzi. În 1544, în memoria procesiunii a fost construită o statuie de marmură a unui înger – de fapt Sfântul Arhanghel Mihail – semnată Raffaello Montelupo, înlocuită în 1752 de actuala statuie de bronz realizată de Verschaffelt Pieter (sculptor flamand).

În perioada Evului Mediu, Castelul Îngerului a jucat un rol important în apărarea Vaticanului, mai ales din secolul al IX-lea când sub papa Leon al IV-lea a fost integrat în centura de apărare a Sfântului Palat Apostolic şi a cartierului numit „Citta Leonina". În secolul al XIII-lea, sub pontificatul lui Nicolae al II-lea a fost construit un coridor subteran secret (pasajul „Borgo") legat de Bazilica Sfântul Petru, care permitea papilor să se refugieze aici în caz de pericol. În acelaşi timp numeroase persoane, nobili şi prelaţi s-au putut refugia în apartamentele confortabile existente alături de celulele închisorii.

În secolul al XV-lea papa renascentist Alexandru al IV-lea i-a comandat lui Giuliano de Sangallo noi îmbunătăţiri complexului. Astfel a fost înălţată incinta de forma unui patrulater cu câte un turn rotund în colţuri, fiecare purtând numele unuia dintre Cei Patru Evanghelişti. Au fost realizate şanţul cu apă, mai multe bastioane şi o largă terasă cu vedere spre Roma.

Începând cu anul 1667, în decurs de doi ani, podul Sant'Angelo care duce la castel a fost decorat cu statui de îngeri. Giovanni Bernini şi studenţii săi au realizat zece sculpturi în stil baroc care protejează podul şi în prezent.

O restaurare completă făcută de Antonio de Sangallo (arhitect renascentist) a pus în lumină frumuseţea unor apartamente pontificate din care însă au supravieţuit timpului puţine săli. Toate sunt împodobite cu fresce şi tablouri inspirate din istoria Bisericii sau din mitologie. Remarcabile sunt cele care deţin decoraţiile executate în secolul al XVI-lea de Perin del Vaga şi ucenicii săi.

Astăzi castelul este Muzeul Naţional Militar şi Muzeul de Artă al Italiei în care pot fi admirate colecţii de arme, armurărie, uniforme militare din diferite secole sau obiecte din ceramică, sculpturi, tablouri, fresce minunate din timpurile străvechi.

Simboluri ale umanităţii

Reprezentările evangheliştilor în iconografie

Conform tradiţiei creştine, Evangheliile canonice aparţin celor patru evanghelişti: Matei, Marcu, Luca şi Ioan. Cuvântul „evanghelie" înseamnă în greacă „veste bună", iar fiecare dintre autorii sfintelor evanghelii este numit „omul care aduce veşti bune".

Cei patru evanghelişti au câte un simbol zugrăvit cu aureolă şi aripi, legendele populare considerându-i ajutoare ale celor care au scris Evangheliile, dar acestea sunt inspirate din Cartea Apocalipsei şi de prorocirea lui Ezechiel.

Sfântul Evanghelist Matei are ca simbol Omul (înaripat) deoarece îşi începe scrierea prezentând genealogia pământeană a Mântuitorului.

Sfântul Evanghelist Marcu are ca simbol leul pentru că la începutul Evangheliei sale îl evocă pe Sfântul Proroc Ioan Botezătorul ca fiind „glasul celui care strigă în pustie", amintind de răgetul leului.

Viţelul sau taurul a fost ales ca simbol al Sfântului Evanghelist Luca, cel care vorbeşte despre „viţelul cel gras" sacrificat la ospăţ, în parabola întoarcerii fiului risipitor.

Vulturul este simbolul Sfântului Evanghelist Ioan care pune în valoare „iubirea divină" mai presus de lume, afirmând că Dumnezeu este iubire.

De multe ori aceste simboluri apar fie pe uşile împărăteşti ale bisericilor, fie în cupolă în jurul lui Iisus Pantocrator.

Monumentul Eroilor Pompieri

Aflat în Bucureşti, în apropierea Casei Poporului, monumentul Eroilor Pompieri evocă luptele din Dealul Spirii când pompierii conduşi de căpitanul Zăgănescu, alături de Batalionul II din Regimentul 2 linie sub comanda colonelului Radu Golescu au ţinut piept trupelor otomane venite să înăbuşe Revoluţia de la 1848.

Statuia de bronz este opera sculptorului Wladimir Hegel şi a fost plătită prin subscripţie publică gestionată de o comisie al cărei preşedinte a fost Eugeniu Carada. Compoziţia statuară are o înălţime de 2,5 metri şi reprezintă o femeie care ţine în mâna stângă o trompetă, iar cu cealaltă susţine un militar rănit. Femeia simbolizează „Victoria înaripată", care anunţă mulţimii izbânzile idealurilor Revoluţiei române de la 1848. Pe soclul de marmură este gravată o inscripţie menţionându-i pe cei care au luat parte la sângeroasele lupte.

Statuia a fost dezvelită la 13 septembrie 1901 pe Dealul Spirii şi apoi dezafectată, începând din 1984, din cauza construcţiei Palatului Parlamentului. A fost redezvelită la 13 septembrie 1990 pe locul unde se află şi astăzi.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Trezit de o căprioară

Poate că într-un basm, ideea ca o ființă umană să fie trezită dintr-un somn adânc de o grațioasă căprioară ar contura un tablou seducător. Mult mai prozaică a fost derularea unei întâmplări – la limita credibilului – petrecută pe autostrada Anderson din districtul Powhatan, statul american Virginia. Incidentul a avut loc în jurul orei 06:00 dimineața, în timp ce un autobuz școlar rula pe traseul pe care erau transportați către orele de curs elevii unui liceu. Din fericire în acel moment în autobuz se aflau șoferul și un elev de clasa a noua care atipise pe scaun.

Imaginile înregistrate de camera video a mașinii arată cum aceasta rula normal pe șosea, când o căprioară pur și simplu a apărut în prim-plan și a pătruns înăuntru prin parbrizul din partea dreaptă a șoferului. Altceva foarte grav nu s-a întâmplat în urma bizarului accident, atâta doar că, după ce a doborât o bară metalică, imprudentul animal a aterizat în brațele elevului care atipise. Acesta nu a suferit nicio zgârietură probabil numai căprioara s-a ales cu o sperietură zdravănă. „Am fost împins jos și eram foarte confuz pentru că eu încercam să dorm. Mi-am dat seama că era o căprioară, dar eram confuz deoarece nu am mai văzut în viața mea o căprioară care să facă așa ceva" a povestit elevul.

Șoferul autobuzului a avut însă inspirația să deschidă rapid ușile, astfel că sprintena căprioară s-a făcut nevăzută în pădure după câteva clipe. Poate însă că altul ar fi fost deznodământul, dacă în intempestivul „scenariu" ar fi intrat... un urs!

Cățărare interzisă

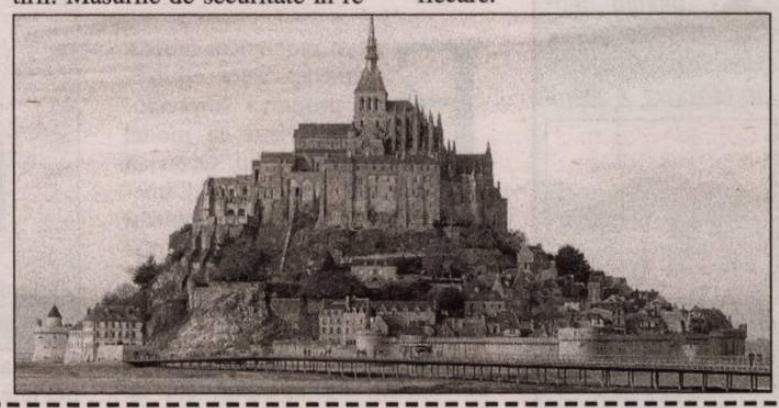
Aflată în golful Saint-Malo (nord-vestul Franței) din Marea Mânecii, la limita dintre Bretania și Normandia, mănăstirea Mont Saint Michel, unică prin formă, este o destinație turistică populară.

În urmă cu câteva luni au fost instalate schele gigantice care servesc unor ample lucrări de consolidare a fațadei monumentului construit între secolele VIII-XIV, singurul loc din Franța care nu a putut fi cucerit de armatele engleze în Războiul de 100 de ani.

Patru tineri, însoțiți de un al cincilea, care a filmat scena cu o dronă, au escaladat acoperișul abației profitând de prezența schelelor gigntice. Unul dintre aceștia a atins piciorul arhanghelului Mihail care se află la o înălțime de peste 150 de metri. „Aceștia sunt adepți a ceea ce se numește urbex sau explorare urbană, adică escaladă cu mâinile goale, așa cum vedem cam peste tot în Franța și în lume, pe monumente sau clădiri" a precizat Thomas Velter – administratorul abației, denunțând aceste practici extrem de periculoase.

Cățărătorii care au escladata fațada au explicat că au folosit eșafoadaje în temerara lor acțiune de a ajunge pe acoperișul mănăstirii. Măsurile de securitate în regiunea șantierului au fost sporite prin montarea de sârmă ghimpată pe palisade (elemente de fortificație) și instalarea unor sisteme pentru supraveghere video.

Centrul pentru monumentele naționale din Franța, care administrează mănăstirea, a anunțat că vor depune plângere pentru infracțiunea de pătrundere fără autorizație într-un loc istoric sau cultural, cei cinci tineri (cu vârste în jur de 20 de ani) riscând amenzi de până la 1500 de euro pentru fiecare.

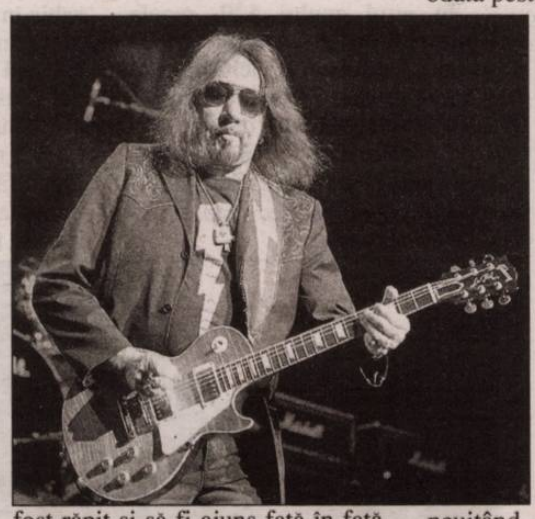


Chitaristul „paranormal"

Ace Frehley este un nume cunoscut fanilor muzicii rock, în special pentru faptul că a activat în celebra trupă Kiss. Mai nou însă s-a făcut remarcat datorită altor calități – mai mult sau mai puțin probabile, dar asta rămâne la aprecierea publicului – despre care a vorbit pentru presă, șocându-i pe cei care aveau o cu totul altă imagine despre el.

Astfel, într-o primă declarație, muzicianul a descris o experiență incredibilă, susținând că a văzut mai multe obiecte zburătoare efectuând manevre ciudate pe cerul de deasupra casei sale și că un fel de „ambarcațiune" ar fi aterizat în curtea lui din Westchester, New York.

În clipele următoare, Ace s-ar fi aflat la un pas de o întâlnire de gradul trei, dar din motive oarecum neclare, el a apreciat că șansele să fi



fost răpit și să fi ajuns față în față cu vreun extraterestru au fost cam de 50%.

În fine, asta însă nu e totul, pentru că faimosul chitarist pare să fi fost un fel de receptor de fenomene categoric paranormale și chiar mai mult decât atât! „Am văzut fantome. Cred în spirite. Cred în viețile trecute... Adică, am fost lovit cu pumnul în față de o fantomă."

Frehley a povestit un episod ce ar fi avut loc în 2008: în timp ce ridica o valiză a fost lovit dintr-odată peste față de o forță nevăzută. O vreme după aceasta, o altă bizarerie a venit să-i consolideze credința în însușirile sale speciale: „Eram în studioul meu de înregistrări și aveam probleme la prepararea unei cești de ceai, deoarece mâna îmi tremura. Mâna mea nu tremură niciodată, am o mână fermă."

Atunci a făcut legătura dintre toate situațiile neobișnuite pe care le trăise, concluzia fiind că nu există limite în lumea care ne înconjoară, neuitând să precizeze că „vede adesea, din curtea reședinței sale din Westchester, nave extraterestre". Afirmație pe care, totuși, nimeni nu a pus-o la îndoială până acum.

„Regele" intrus de la Versailles

Nu vom relata vreo poveste picantă din bogata istorie a culiselor regalității franceze, ci prezentăm mai jos o întâmplare petrecută chiar în zilele noastre, cu câteva săptămâni în urmă. Cadrul acțiunii este însă faimosul castel Versailles din Yvelines, având ca protagonist – un „rege" cetățean al Hexagonului, care s-a autointitulat rege.

Bărbatul de 31 de ani, îmbrăcat cu un cearșaf, care ducea cu el un steag, a venit cu un taxi în vecinătatea impunătorului edificiu, într-o seară de sâmbătă, aproape de miezul nopții. A reușit să escaladeze un zid de incintă și să spargă o fereastră la nivelul unei uși de intrare care permitea accesul la galeria inferioară, ca apoi să pătrundă în castel.

Ghinionul celui care a pretins puțin mai târziu că este rege și că nu vrea decât să își ia în primire locul cuvenit în imensul complex arhitectonic a venit din partea taximetristului care îl adusese la castel.

Pe drum, în mașină, ciudatul „rege" i-a povestit tot planul său omului de la volan, care a alertat imediat poliția, ce a intervenit înainte ca intrusul să deterioreze prețioasele exponate de patrimoniu. Neîncoronatul suveran nocturn a făcut astfel un popas într-o secție de poliție, după care și-a primit locul cuvenit: într-o secție de spital „specială"!

Nu este însă un caz singular, în luna aprilie a anului trecut, doi adolescenți au încercat să intre în toiul nopții în palatul Versailles strecurându-se prin țevile de plumb care alimentează fântânile palatului, dar camerele de supraveghere au alertat securitatea castelului, intrușii reușind să scape neprinși.

Ciocolată de 121 de ani!

O familie britanică a avut o surpriză extraordinară cu ocazia curățeniei de Paște în casa lor din Norfolk, descoperind în casca purtată de unul dintre strămoșii familiei, nobilul sir Edward Paston Bedingfield, în timpul celui de al doilea Război cu Burii din Africa de Sud (1899-1902), un baton de ciocolată în învelișul original.

Ciocolata, veche de 121 de ani, provenea dintr-un lot comandat de regina Victoria (1819-1901) pentru soldații britanici care înfruntau forțele militare din două state independente sud-africane.

Cele 100.000 de batoane de ciocolată, cu greutatea de 226 de grame, au avut rolul de a ridica moralul trupelor britanice implicate în acel război. Principalele fabrici de ciocolată de la acea vreme – Codbury, Fry, Rowntree – conduse de patroni care se opuneau războiului au refuzat să fie plătiți pentru această comandă regală, preferând să împacheteze ciocolata în cutii nemarcate cu siglele companiilor.

Unele cutii au supraviețuit până în zilele noastre, dar este extrem de rar ca unul dintre posesorii originali să poată să fie identificat și încă și mai rar ca un baton de ciocolată să fie găsit intact, întrucât cele mai multe dintre acele dulciuri au fost mâncate de către destinatarii lor.

„Deși nu este chiar desertul de Paște pe care ți l-ai dori, batonul este încă intact și reprezintă o descoperire remarcabilă" a declarat un curator de patrimoniu cultural.

Cutia în care se află batonul conține un mesaj cu scrisul de mână al reginei Victoria – „Vă doresc un An Nou fericit!", inscripția „Africa de Sud 1900", precum și un portret miniatural al celebrei reginei britanice.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU
și
NICUȘOR DINCĂ

Roluri cu de-a sila

Pentru un actor, este minunat să ajungă în acel punct al carierei în care, neamenințat de constrângeri financiare, să-și poată alege singur rolurile dorite.

S-a întâmplat adesea, chiar și în cazul marilor vedete, ca obligațiile contractuale sau angajamentul de a turna, într-un anumit număr de ani, un anumit număr de filme – fără a se specifica și ce fel de filme – să îi determine pe actori să facă și roluri pe care nu le-au apreciat, ba chiar, după propriile lor mărturisiri ulterioare, chiar le-au urât. Ce actori celebri au fost forțați să accepte roluri împotriva voinței lor?

Daniel Craig – „Spectre"

După ce strălucesc în rolul celui mai faimos spion din lume, James Bond, toți actorii care dețin la un moment dat acest rol renunță la el. Așa ar fi vrut să facă și

Daniel Craig, care a interpretat rolul în filmele „Casino Royale", „007: partea lui de consolare" și „Coordonata Skyfall". Dar, cum contractul mai prevedea un al patrulea film din serie, Craig a fost nevoit să accepte.

Au urmat cele mai istovitoare opt luni din viața lui, cu cascadorii nesfârșite, deplasări în cele mai diverse locații, pentru filmări și un imens stres acumulat. Totuși, acest lucru nu l-a împiedicat să accepte, după câțiva ani, și a cincea prezență, în „No Time to Die", film care va apărea în acest an și pentru care se vehiculează că actorul a primit un onorariu fabulos: 25 milioane de dolari!

Whoopi Goldberg – „Theodore Rex"

Scenariul inițial al filmului „Theodore Rex" prevedea ca rolul principal, cel al

unui detectiv de poliție, să revină unui bărbat alb, care-l are drept partener pe un... Tyrannosaurus rex. Dar, după ce producătorii s-au întâlnit cu Whoopi Goldberg, care se afla la apogeul carierei sale, i-au oferit acesteia un contract de 5 milioane de dolari pentru a primi rolul.

Discuția a fost una neoficială și cele două părți au avut doar un acord verbal. Din diferite motive, Goldberg a anunțat că refuză să mai joace, iar impresarul ei s-a oferit să returneze milioanele. Doar că producătorii țineau morțiș ca actrița să fie prezentă în filmul lor, așa că au amenințat că îi vor cere 20 de milioane de dolari despăgubiri dacă nu acceptă rolul. Până la urmă, ea a trebuit să se supună, dar prestația sa a fost jalnică, apreciata actriță primind în 1996 un nedorit „Premiu Zmeurica" – o „distincție" acordată oficial celor mai slabe actrițe ale anului.

Natalie Portman – „Thor: Întunericul"

Absolventă de astrofizică și una dintre cele mai inteligente actrițe din toate timpurile, Natalie Portman a primit cu bucurie vestea distribuirii sale în primul film al franșizei Thor, din 2011. Pelicula a fost un succes și urmarea, „Thor: Întunericul", a fost programată pentru 2013, urmând să fie regizată tot de charismatica Patty Jenkins, cu care Portman avea o relație foarte apropiată.

Dar, din cauza „diferențelor creative", Jenkins a părăsit cu scandal filmările, iar în locul ei a fost adus Alan Taylor.

Un regizor cu care Portman nu s-a înțeles deloc, motiv pentru care a vrut să părăsească și ea filmul. Doar că avea semnat un contract cu Marvel, așa că, în ciuda reticențelor, a trebuit să joace în film. Experiența nu a fost însă atât de groaznică, iar în 2022 o vom revedea, probabil, pe frumoasa actriță în următorul episod al franșizei, „Thor: Love and Thunder".

Keanu Reeves – „Asasinul din vis"

În 2000, Keanu Reeves a aflat o lecție valoroasă despre prietenie. Actorul din Matrix l-a jucat pe criminalul în serie David Allen Griffin în thrilerul „Asasinul din vis", cu totul împotriva voinței sale. „Nu am considerat niciodată scenariul interesant, dar un prieten mi-a falsificat semnătura pe contract. Nu am putut dovedi că el a făcut-o și, cum nu voiam să fiu dat în judecată pentru încălcarea contractului, nu am avut altă șansă decât

să joc în film", a declarat el. Actorul a refuzat însă ulterior să facă vreo reclamă proiectului, iar criticii de film i-au desființat prestația, considerând-o „execrabilă". De altfel, cine și l-ar putea imagina pe frumușelul și empaticul Keanu în rolul unui criminal?

Brad Pitt – „Troia"

Știați că unul dintre cele mai strălucite roluri ale lui Brad Pitt, cel al eroului antic Ahile din filmul „Troia", a fost cu totul nedorit de către acesta? Pitt ar fi vrut să joace, în 2004, într-un alt film, dar proiectul a căzut și cum contractul cu Warner Bros prevedea că trebuia totuși să fie prezent într-o peliculă a acestor studiouri, Pitt a îmbrăcat armura greacă...

În orice caz, experiența l-a dezamăgit profund, el considerând producția „un film comercial, făcut de dragul de a fi făcut", și a promis că din acel moment nu va face decât „roluri de calitate" – și trebuie să recunoaștem că s-a ținut de cuvânt.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Radu Mihăileanu

Născut pe 23 aprilie 1958 la București, regizorul Radu Mihăileanu provine dintr-o familie mixtă, a cărei istorie pare ea însăși desprinsă dintr-un film. Mama lui este românca, iar tatăl lui, Mordechai Buchman, și-a schimbat numele în Ion Mihăileanu după ce a evadat în timpul celui de-al Doilea Război Mondial dintr-un lagăr de concentrare nazist.

Pasiunea pentru cinematografie a moștenit-o din familie, tatăl lui fiind scenarist la una dintre cele mai apreciate pelicule românești ale anilor 1960, „Duminică la ora 6", care a reprezentat debutul regizoral al lui Lucian Pintilie. În 1980, Radu Mihăileanu era deja animatorul unei trupe de teatru și avusese apariții în „Minciunile unui bufon" și „Toata lumea vrea să joace Hamlet", fiind actor la Teatrul Evreiesc din București. În acel an, Radu a fugit din România și s-a stabilit mai întâi în Israel, apoi în Franța, unde a absolvit Institutul Cinematografic din Paris.

În 1989, a realizat, împreună cu Marco Ferreri, adaptarea dialogului platonic „Banchetul" în telefilmul cu același nume. Filmul său „Trăiește!" (Va, vis et deviens) a fost distins în 2006 cu *Premiul César* pentru cel mai bun scenariu original.

A cunoscut succese și cu următoarele sale pelicule, „Concertul" și „Izvorul femeilor". Unul dintre cele mai cunoscute filme ale sale este „Trahir" (1993), o coproducție româno-franceză turnată la noi în țară. Acesta a cucerit mai multe premii la Festivalul cinematografic de la Montreal – *Grand Prix of the Americas* (pentru cel mai bun film), premiul *Opera prima*, de asemenea, premiile pentru cel mai bun film Și cel mai bun actor la Festivalul Eurocinema de la Viareggio.

Însă, de departe cel mai apreciat film al lui rămâne „Trenul vieții", care a fost nominalizat la Oscar pentru cel mai bun scenariu și cel mai bun actor, fiind distins totodată cu premiul Fipresci la Veneția, Choice Award la Sundance și David di Donatello pentru cel mai bun film străin.

Reviste

Privind Luceafărul de dimineață 2

Un cuprins consistent, cuprinzător, incitant, iată câteva atuuri care m-au făcut să continui prezentarea revistei *Luceafărul de dimineață*, numărul din martie 2021.

M-am oprit cu atenție la articolul criticului literar Daniel Cristea-Enache dedicat lui Marin Sorescu. În eseul *Marin Sorescu – O nouă poezie*, Daniel Cristea-Enache scrie: *Surpriza constând în schimbarea manierei, de nu chiar a stilului poetic sorescian, într-o modificare de tematică și problematică, de registru verbal și lingvistic, de personaje poetizate și afiliere a acestora, de spațiu liric devenit, dintr-odată, regional și local, oltenesc și bulzeștean. Într-o cronică din august 1973, intitulată Viața la țară și a cărei perspectivă criticul va simți nevoia să o amendeze ulterior, în cronici din 1984 și 1987, Nicolae Manolescu utiliza chiar acest termen, surpriza, însoțindu-l de alții prin care descria noua poezie scrisă de Sorescu: demitizarea „dusă până la ultimele consecințe", „îndrăzneala", „radicalitatea și anvergura operației", „o formulă originală de poezie".*

Cristea-Enache amintește că cel care a remarcat primul schimbarea la față a poetului a fost un prozator, Alexandru Ivasiuc: *Alexandru Ivasiuc a scris un text entuziast, apărut tot în România literară, în numărul 49 din 3 noiembrie 1972, intitulat Din nou despre simplitate și conținând o situare valorică netă. Mai importantă decât această valorizare făcută prompt de prozator unui poet mi se pare însă înțelegerea, de către Ivasiuc, a noutății soresciene care avea să pună probleme de receptare mai multor critici experimentați. Pe baza a numai două poeme (e drept, excepționale), Ivasiuc făcea o veritabilă radiografie critică a întregului ciclu* La Lilieci, *care nu fusese încă scris și pe care nu îl cunoștea. Precum Cuvier reconstituia după un os un animal dispărut, prozatorul era capabil să definească viitorul ciclu sorescian pornind de la două texte.*

Unul din aceste texte era poemul *Ciudin*, povestea unui hoțoman, când pașnic, când violent care sfârșește astfel, în viziunea soresciană: „Într-o dimineață au dat copiii cu vitele peste el/ Mort în Vâlceaua Bonii/ Lângă poteca, alături de-o damigeană de țuică, spartă./ Avea țeasta crăpată c-un par, cu ceva, și beregata tăiată/ Cu cuțitul,/ Ca la porci./ Cum se zbătuse, sângele i se amestecase cu țuica./ Era și-început de gadini, că l-au găsit după vreo două zile,/ Făcuse mușițã./ Făptașul a fost prins imediat, de data asta: Costică ăl/ De pe drum,/ Adică cel nebun, un flăcău, venit tot așa,/ Din lume,/ Era zăltat la minte, un nepricopsit, vai de capul lui./ Până atunci nu omorâse un pui, lumea nu se ferea de el,/ Părea un nebun bun.// Lui Ciudin i-au pus o cruce de lemn acolo-n pădure,/ Se scarpină lupii de ea".

Criticul Daniel Cristea-Enache încheia astfel demonstrația, amintind și de femeile din alt poem din volumul *La Lilieci* care au rămas „numai triste și căzute pe gânduri": *Am putea cădea și noi pe gânduri, recitind cartea întâi din* La Lilieci *nu numai în cheie comică și umoristică, așa cum s-a tot făcut, ci și într-o lumină declinantă, într-o ecuație dramatică și tragică.*

Nu-i de mirare că un alt mare artist, actor și cântăreț, e vorba despre craioveanul Tudor Gheorghe, simțind acest adevăr, include în spectacolele sale versuri de Marin Sorescu, pe care le rostește într-o manieră unică. Iată începutul poemului „Rânduieli": *La noi muierea pupa mâna bărbatului Până mai adineauri – zicea Marin al lui Pătru,*

Și din dumneata nu-l scotea niciodată,

Îi făcea trei, patru copii, dar nu îndrăznea să-i zică tu,

Cele mai mândre, care se ambiționau, nu-i ziceau nicicum.

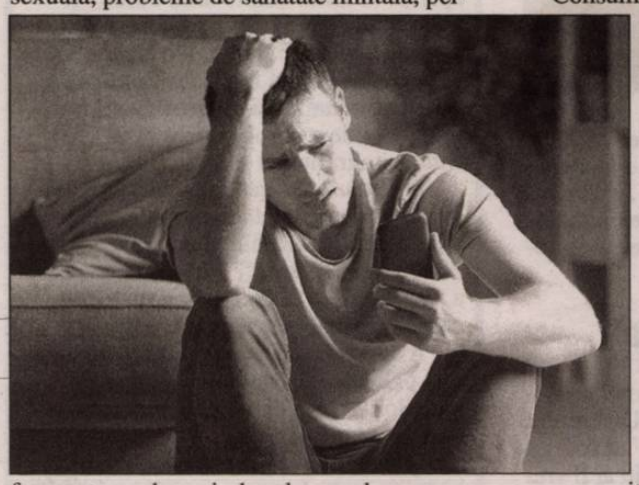
GEORGE CUȘNARENCU

Sănătatea adolescenţilor şi a tinerilor

Peste 1,5 milioane de adolescenţi şi tineri adulţi cu vârste cuprinse între 10 şi 24 de ani au murit în 2019, aproape 5.000 în fiecare zi.

Accidentele (inclusiv cele rutiere şi înecul), violenţa, autovătămarea şi maternitatea timpurie sunt principalele cauze de deces în rândul acestora: ■ jumătate din toate tulburările de sănătate mintală la vârsta adultă încep până la vârsta de 14 ani, dar majoritatea cazurilor sunt nedetectate şi netratate; ■ debutul precoce al consumului de substanţe (alcool, droguri, ţigări) este asociat cu riscuri mai mari de dezvoltare a dependenţei şi a altor probleme în timpul vieţii adulte, iar persoanele de vârstă mai mică sunt afectate în mod disproporţionat comparativ cu adulţii; ■ la nivel global, există 43 de naşteri la 1.000 de fete cu vârste între 15 şi 19 ani pe an.

Violenţa din adolescenţă creşte riscurile de rănire, HIV şi alte infecţii cu transmitere sexuală, probleme de sănătate mintală, per-



formanţe şcolare şi abandon şcolar precoce, sarcină timpurie, probleme de sănătate a reproducerii şi boli transmisibile.

Strategiile eficiente de prevenire şi răspuns includ promovarea creşterii vârstei părinţilor şi a dezvoltării copilăriei timpurii; abordarea prevenirii hărţuirii la nivel şcolar, programe care dezvoltă abilităţi sociale, de viaţă şi abordări comunitare pentru a reduce accesul la alcool şi arme de foc. Îngrijirea eficientă şi empatică pentru adolescenţii supravieţuitori ai violenţei, inclusiv sprijinul continuu, poate contracara consecinţele fizice şi psihologice.

Depresia este una dintre principalele maladii şi dizabilităţi în rândul adolescenţilor, iar sinuciderea este a treia cauză principală de deces la cei cu vârste între 15 şi 19 ani. Jumătate din toate tulburările de sănătate mintală la vârsta adultă încep până la vârsta de 14 ani, dar majoritatea cazurilor sunt nedetectate şi netratate. Violenţa, sărăcia, stigmatul social/individual, excluderea şi traiul în condiţii fragile pot creşte riscul de a dezvolta probleme de sănătate mintală. Consecinţele lipsei de abordare a acestor condiţii se extind la vârsta adultă, afectând atât sănătatea fizică, cât şi mentală şi limitând oportunităţile de a duce o viaţă împlinită ca adulţi.

Consumul de alcool în rândul adolescenţilor reduce autocontrolul şi poate creşte comportamentele riscante, precum sexul nesigur sau conducerea cu mare risc a maşinii. De asemenea, duce la probleme de sănătate mai târziu şi afectează speranţa de viaţă. La nivel mondial, mai mult de 155 de milioane de adolescenţi sunt băutori constanţi. La un nivel cel puţin similar se situează şi consumul de droguri, în mare parte canabis.

Consumul de alcool şi droguri la copii şi adolescenţi este asociat cu modificări neurocognitive care pot duce la comportamente, emoţii, reacţii anormale, la probleme sociale şi profesionale ulterioare.

În acelaşi timp, majoritatea celor care fumează astăzi au început să facă acest lucru de când erau adolescenţi. Interzicerea vânzării produselor din tutun către minori (sub 18 ani) şi creşterea preţului produselor din tutun prin impozite mai mari, interzicerea publicităţii pentru tutun şi asigurarea unor medii fără fum sunt cruciale. Circa 1,7 milioane de adolescenţi aveau HIV în 2019. Aceştia au acces mai dificil la tratamentul antiretroviral, aderarea la tratament, îngrijirea şi suprimarea virală. Adolescenţii şi tinerii trebuie să ştie cum să se protejeze de infecţia cu HIV şi să aibă mijloacele necesare pentru a face acest lucru. Totuşi, şi alte boli infecţioase afectează sănătatea acestora.

Diareea şi infecţiile tractului respirator inferior se numără printre primele zece cauze de deces la adolescenţii de 10-14 ani. Bolile infecţioase, cum ar fi virusul papilomului uman, care apare în mod normal după debutul activităţii sexuale, pot duce atât la boli pe termen scurt în timpul adolescenţei, dar şi la cancer de col uterin şi la alte tipuri de cancer câteva decenii mai târziu.

Aproximativ 12 milioane de fete cu vârste cuprinse între 15 şi 19 ani şi cel puţin 777.000 de fete sub 15 ani nasc în fiecare an în regiunile în curs de dezvoltare. De aceea, principala cauză de deces la fetele cu vârste cuprinse între 15 şi 19 ani la nivel global sunt complicaţiile din sarcină şi naştere. ONU arată că, până în 2030, lumea ar trebui să asigure accesul universal la serviciile de îngrijire a sănătăţii sexuale şi reproductive, inclusiv pentru planificarea familială, informare şi educaţie, precum şi integrarea sănătăţii reproductive în strategii şi programe naţionale.

Fetele care rămân însărcinate au nevoie de acces la îngrijire prenatală de calitate. Acolo unde acest lucru este permis de lege, adolescenţii care aleg să-şi întrerupă sarcina ar trebui să aibă acces la avort în condiţii de siguranţă.

Îngrijirea urechii

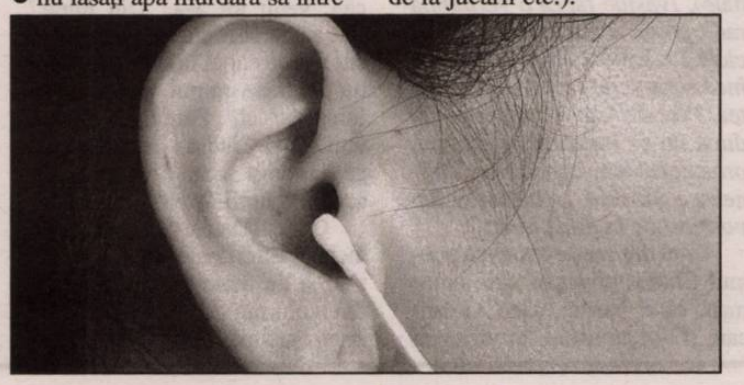
Urechea este un organ care se „autocurăţă" şi astfel nu necesită curăţare activă. Cu toate acestea, destul de frecvent se fac greşeli elementare în privinţa toaletării acestui preţios organ, totodată şi deosebit de sensibil.

În primul rând, trebuie să fie o regulă de nediscutat pentru părinţii copiilor mici: urechea se curăţă doar din exterior. Niciun obiect sau lichid nu trebuie introdus sau instilat în urechi, cu excepţia cazului în care este prescris de un profesionist din domeniul sănătăţii.

Durerea la nivelul urechii poate fi cauzată de probleme precum: ■ cerumen (ceară) afectat în canalul auditiv; ■ infecţie acută în canalul urechii; ■ infecţie acută a timpanului; ■ din cauza fluidului din urechea medie.

Pentru a se identifica problema suferinţei trebuie să se efectueze un control de către specialistul orelist. Durerile de urechi nu trebuie ignorate sub niciun motiv, deoarece pot duce la probleme grave.

Majoritatea infecţiilor urechii pot fi prevenite prin îngrijirea corespunzătoare a urechilor. În acest sens, sunt câteva lucruri importante de reţinut: ● nu lăsaţi apa murdară să intre în ureche; ● nu loviţi un copil, mai ales peste urechi, deoarece se poate deteriora timpanul, favorizând astfel infecţiile; ● asiguraţi diagnosticarea timpurie a infecţiilor, rămânând vigilenţi faţă de probleme precum durere în ureche, scăderea auzului şi umezeala în ureche; ● educaţi copiii să nu introducă nimic în ureche (obiecte precum creioane, sâmburi, piese de la jucării etc.).



De asemenea, consultaţi imediat un medic, când copilul se plânge de: dureri sau scurgeri în ureche, pierderea auzului, dezvoltarea necorespunzătoare a vorbirii, neînţelegerea a ceea ce i se spune.

Gradul de pericol auditiv este legat atât de nivelul zgomotului, cât şi de durata expunerii. Este mai bine să vă protejaţi împotriva zgomotului puternic imediat ce aţi fost expus la acesta. Protectoarele pentru urechi, cum ar fi dopuri speciale, bine montate, trebuie purtate înainte de a intra într-o zonă zgomotoasă.

Riscul de pierdere a auzului creşte pe măsură ce sunetul este emis la intensitate mare (volum) şi pe durate lungi. S-a demonstrat că ascultarea muzicii, de pildă, prin căşti, la 95% din volumul maxim al sunetului, timp de 5 minute încontinuu, va deteriora auzul. Pentru a proteja auzul, volumul trebuie redus la minimum şi la anumite intervale se vor face pauze.

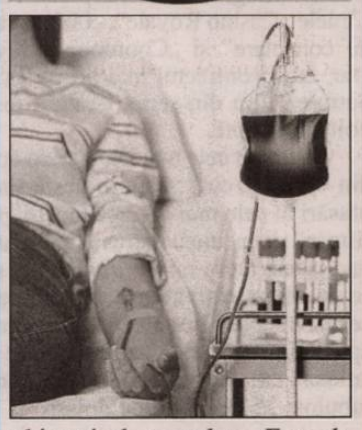
PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

O problematică foarte sensibilă şi gravă din punct de vedere sanitar, însă şi întrebarea – deşi pare chiar banală – dă mult de gândit. Informarea poate rezolva însă şi această dilemă.

Sângele, desigur, salvează vieţi şi îmbunătăţeşte sănătatea. Transfuzia de sânge e necesară pentru: ● femeile cu complicaţii ale sarcinii, cum ar fi sarcinile ectopice şi hemoragia înainte, în timpul sau după naştere; ● copii cu anemie severă rezultată adesea din malarie sau malnutriţie; ● persoane cu traume severe în urma dezastrelor provocate de om şi naturale; ● pacienţii cu cancer; ● numeroase proceduri medicale şi

De ce ar trebui să donez sânge?



chirurgicale complexe. Este, de asemenea, necesar în transfuziile regulate pentru persoanele cu afecţiuni precum talasemia şi boli celulare, precum şi la producerea factorilor de coagulare pentru persoanele cu hemofilie.

Există o nevoie constantă de alimentare cu sânge în mod regulat, deoarece acesta poate fi păstrat doar pentru o perioadă limitată de timp înainte de utilizare. Sunt necesare donări regulate de sânge de către un număr suficient de persoane sănătoase, pentru a se asigura că sângele va fi disponibil cu certitudine ori de câte ori şi oriunde este necesar.

Dincolo de aspectul etic al unei asemenea acţiuni, decizia de a dona sânge poate salva o viaţă; chiar mai multe, dacă sângele respectiv este separat în componentele sale – celule roşii, trombocite şi plasmă – care pot fi utilizate individual pentru pacienţii cu afecţiuni specifice.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Microbiomul intestinelor şi medicina energo-informaţională

Microbiomul intestinal este obiectul numeroaselor studii de cercetare şi acest lucru nu este întâmplător. Astăzi se cunoaşte cu certitudine rolul mare pe care îl are sistemul gastro-intestinal asupra sănătăţii. O disbioză (disbalanţă în flora intestinelor) automat deregleză fiziologia sistemului gastric şi în acelaşi timp comunicarea cu câmpurile energetice ale corpului.

Microbiomul intestinal este format din bacterii, virusuri, paraziţi, candida... Se poate asemui cu un autobuz care le transportă şi administrează atât timp cât sunt toate într-un echilibru. Cuvântul-cheie este „echilibru".

Echilibrul microbian este greu de păstrat, mai ales când se administrează diferite medicamente de sinteză pentru alte forme de afecţiuni. În acelaşi timp se ştie cu certitudine influenţa masivă pe care o are acest microbiom în derularea diferitelor afecţiuni ca diabet, adipozitate, scleroză multiplă, boli cardiovasculare şi desigur boli ale sistemului gastric (gastrite, colon iritabil, aciditate, reflux gastric etc.).

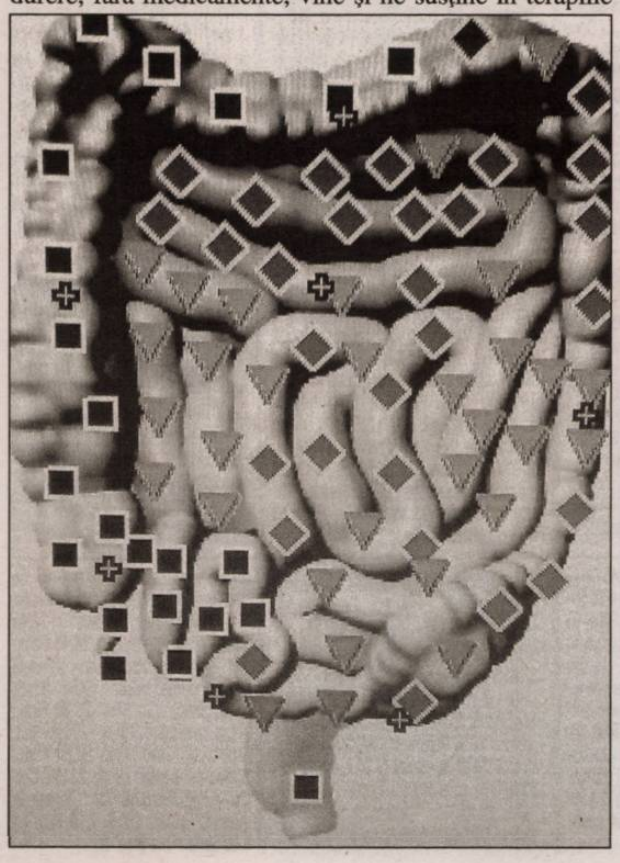
Cu cât microbiomul intestinal este mai dezechilibrat, cu atât mai repede cresc şansele unei boli acute de a se transforma în boală cronică.

Un rol mare în stabilitatea microbiomului intestinal este stomacul. Prin aciditatea stomacală (stomacul este singurul organ din corp cu un mileu acid) helicobacter pylori controlează echilibrul microbiomului.

Un studiu prezentat de dr. med. Martin Alexander Storr, de la centrul de medicină internă MVZ Gauting-Starnberg, ne prezintă simptome care atestă o dereglare în microbiomul intestinal ca balonare, greaţă, aciditate şi dureri în centrul epigastric, care de cele mai multe ori, sunt numai un semnal.

Prezenţa helicobacteriei pylori peste limita admisă în acest mileu creşte considerabil riscul unei gastrite acute, al ulcerului duodenal şi al carcinomului intestinal. Când bacteria s-a extins pe tot intestinul provoacă o inflamaţie a mucoasei intestinale, care în multe situaţii nu are simptome de la început.

Medicina bio-informaţională, o medicina blândă, fără durere, fără medicamente, vine şi ne susţine în terapiile



pe care le oferă, ajutând mileul microbian să se reechilibreze.

Terapia este personalizată, adică fiecare pacient este tratat conform diagnosticării energetice şi a blocajelor energetice din corp, dar mai ales a statutului energetic pe care îl are fiecare persoană.

Tratamentele încep în cele mai multe cazuri cu o detoxifiere la nivel celular, microdetoxifierea. Majoritatea pacienţilor care apelează la acest gen de terapii sunt persoane care au mai multe boli cronice. În mare parte, aceste persoane doresc şi o terapie alternativă, cunoscând efectul nociv al medicamentaţiei de sinteză pe care o iau sau au luat-o mult timp.

Repunerea comunicării energetice la nivel de celulă, organ, sistem şi repunerea comunicării între fiziologia fiecărui organ şi câmpurile informaţionale ale corpului sunt printre primii paşi pe care îi urmează medicina bio-informaţională pentru a aduce stabilitate energetică în organism.

Fiecare dintre noi are nevoie de restabilire energetică indiferent de vârstă, ţinând cont de faptul că suntem cu toţii expuşi. La tinerii conectaţi la diferite aparate, iar la adulţi pe lângă conectare în mare parte se produce şi degradarea materială a corpului şi administrarea multor medicamente de sinteză.

Am arătat şi în alte articole cât de nocive sunt pentru organism noxele rămase după medicamente. Fiecare organ din corpul nostru are un ţesut (cămaşa organului) care îl protejează. În acest ţesut se depun şi toxinele eliminate de organul respectiv. Cu cât un organ este mai bolnav, cu atât elimină mai multe noxe pe care le depune în acest ţesut. Tot aici rămâne şi alimentaţia, de unde la un moment dat se creează un cerc vicios (alimente + toxine).

Trăim într-o eră a informaţiei. Fiecare dintre noi are posibilitatea să se informeze şi să aleagă ce e mai bine pentru el.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital Bucureşti, Calea Vitan nr. 28, sector 3

PUBLICITATE

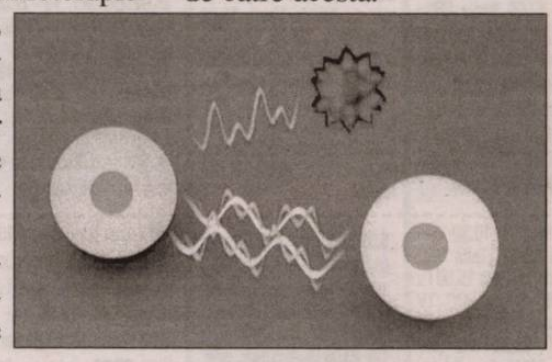
Nou la DermaVital – cardul cu terapia 4W

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute.

Omul modern de astăzi, persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, care au făcut sau fac chimioterapie sau radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută, chiar şi copiii au de multe ori dereglări energetice.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intruşilor (bacterii, virusuri), într-o formă nespecifică.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un „intrus" a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost memorat de către acesta.



TERAPIA 4W
– zidurile de apărare a imunităţii înnăscute!

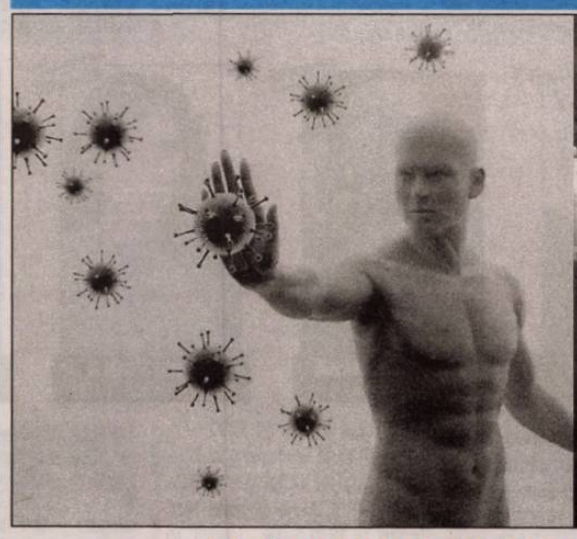
Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri, de bacterii.

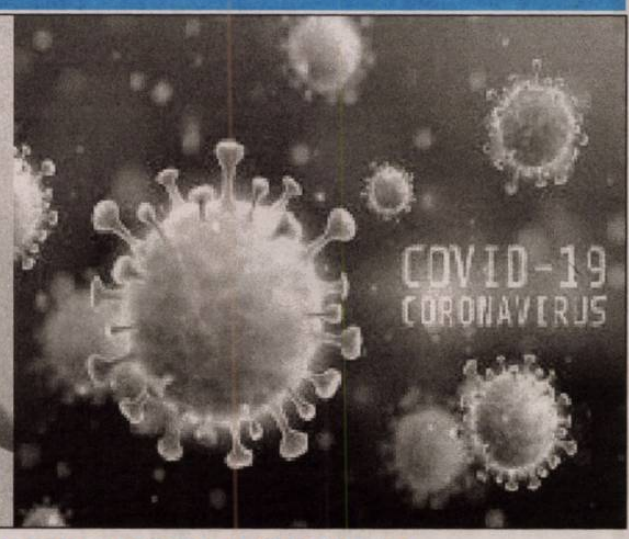
Terapia 4W se execută în 4 zile la rând, durează aproximativ 1 oră, nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia este în ofertă până la data de 31.05.2021

4 şedinţe (640 ron), acum la 500 ron, care pot fi achitate în 2 rate.

NOU LA DERMAVITAL!





OFERIM TERAPIA POST COVID
pentru complicaţiile ce apar la persoanele care au fost infectate cu Covid-19

şi

TERAPIA DUPĂ VACCIN
pentru evitarea apariţiei reacţiilor agresive în urma vaccinului

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor terapii!

PUBLICITATE

LUNI – 10 mai

TVR 1

6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.10 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.25 Handbal: Dinamo București – Politehnica Timișoara 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.10 Film: „Bani murdari" (SUA, 2020) 0.00 Telejurnal 0.45 Doc.: „Familiile regale din Balcani" 1.45-5.55 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Românii au talent 22.30 Film: „Cursă fără frâne" (SUA, 2012). Cu: Joseph Gordon-Levitt, Dania Ramirez 0.15 Știrile PRO TV 0.45 Film: „Captain America: The Winter Soldier" (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

antena 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite 0.00 Observator 0.30 Legendele cu Dan Negru (invitat Helmuth Duckadam) 1.30 Film: „B.D. în alertă" (r) 3.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin! (r).

PRIMA TV

7.00 Focus la prima oră 10.00 TÂLCtalk (r) 10.30 Sănătate cu stil (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Film: „Factor de risc" (SUA, 2015). Cu: Nicolas Cage 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Factor de risc" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

PRO 2

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 9.15 Serial (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă". Cu: Danna Paola 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

TVR 2

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Mic dejun cu un campion (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Deșcălecați în Carpați (r) 14.00 Documentar 360º-GEO (r) 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 15.50 Handbal: HC Buzău – CSM București 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câștigă România! 21.00-5.30 Reluări 5.55 Poate nu știai.

PRO CINEMA

5.00 La Măruță (r) 7.00 Film: „One Christmas Eve" (r) 8.45 Serial: „La Bloc" (r) 11.15 Film: „Maneater I" (r) 13.15 Film: „Age of Adaline" (r) 15.45 Film: „Povestea lui Lance Armstrong" (SUA, 2013) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Solo" (SUA, 1996). Cu: Mario Van Peebles 22.30 Film: „Ai ucide pentru mine?" (Canada, 2013). Cu: Katie Cassidy, Tracy Spiridakos 0.30-4.00 Reluări.

MARȚI – 11 mai

6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Maghiara de pe unu 17.10 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.25 Handbal: CSA Steaua București – Dinamo București 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.10 Film: „Django" (Italia, 1966). Cu: Franco Nero, Jose Bodalo, Loredana Nusciak 0.00 Telejurnal 0.45-5.55 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Teroare în Paris" (Franța, 2008). Cu: Liam Neeson, Maggie Grace 23.30 Știrile PRO TV 0.00-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite – sezon nou 0.00 Observator 0.30 Film: „Autobuzul 657" (SUA 2015). Cu: Robert De Niro, Dave Bautista 2.30 Observator (r) 3.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la Nea Mărin!

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" (r) 20.00 Film: „Maestrul Tai Chi" (Hong Kong, 1993). Cu: Michelle Yeoh 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Maestrul Tai Chi" (r) 4.00 Serial (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei 5.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r).

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Primăvara amintirilor 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Cap compas (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 15.50 Handbal: Minaur Baia Mare – Potaissa Turda 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câștigă România! 21.00 Destine ca-n filme 22.00-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai.

6.00 La Măruță (r) 8.00 Film: „Doamna și banditul" (SUA, 1951) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „One Christmas Eve" (r) 14.00 Film: „The Armstrong Lie" (r) 16.30 Film: Echipa de șoc" (coprod., 1999). Cu: Dennis Rodman, Dane Cook 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Clubul de noapte 2: Ultima ofertă" (SUA, 2006) 22.15 Film: „Iubire periculoasă" (SUA, 1996). Cu: Tori Spelling, Ivan Sergei 0.15-3.30 Reluări.

MIERCURI – 12 mai

6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Conviețuiri 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Serial: „Dragul de Raymond" 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Microbist de România 23.00 Serial: „Jocurile timpului" (ep.1) 0.10 Telejurnal 0.55-5.55 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Film: „Turistul" (SUA, 2010). Cu: Johnny Depp, Angelina Jolie 22.30 Film: „O luptă personală 3: Frontul de acasă" (SUA, 2013) 0.15 Știrile PRO TV 0.45 Film (r) 2.45 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 iUmor 23.00 Divertisment: mai mult iUmor, cu Vlad Drăgulin 23.15 Observator 23.45 Film: „Insurgent" (SUA, 2015). Cu: Shailene Woodley, Kate Winslet 2.15 Acces direct (r) 4.00 Film: „Autobuzul 657" (r).

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" 20.00 Cronica Cârcotașilor 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Cronica Cârcotașilor (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Rețeaua de idoli (r) 9.00 Teleșcoala: Clasa a VIII-a 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităților 13.30 Sănătate cu de toate (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 Glumeții 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câștigă România! 21.10 Film: „O fată strălucitoare" (SUA, 1989). Cu: Holly Hunter 23.00-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Simon Sez" (r) 9.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „The Armstrong Lie" (r) 14.30 Film: „The Lady and the Bandit" (r) 16.15 Film: „Fraierul" (SUA, 2000). Cu: Jason Biggs 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Mâini de aur: Povestea lui Ben Carson" (SUA, 2009). Cu: Cuba Gooding Jr 22.30 Film: „Noaptea fricii 2" (SUA, 2013) 0.30-4.15 Reluări.

KATIE BLAKE
– vineri, 21.10 –

JOSEPH GORDON-LEVITT
– luni, 22.30 –

KATE WINSLET
– miercuri, 0.30 –

DENNIS RODMAN
– marți, 16.30 –

DANNA PAOLA
– luni-duminică, 19.00 –

DUSTIN HOFFMAN
– sâmbătă, 21.30 –

JUDI DENCH
– duminică, 22.10 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 13 mai

6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 România veritabilă (r) 13.00 Ediție specială 13.30 Pofticioși, la cratiță! 14.00 Telejurnal 15.10 Akzente 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Handbal: CSM București – Minaur Baia Mare 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.00 Dispăruți fără urmă 23.00 Serial: „Jocurile timpului" 0.10 Telejurnal 0.55-5.55 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Polițiști de belea" (SUA, 2017). Cu: Michael Peña, Dax Shepard 23.30 Știrile PRO TV 0.00 Film: „Premium Rush" (r) 2.00 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 22.25 Observator 23.00 Burlacul 2.00 Acces direct (r) 4.00 Film: „Insurgent" (r).

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.00 Hai cu fetele! 18.00 Focus 18 19.30 Serial: „Trăsniții" (r) 20.00 Film: „Cursa pentru viață" (SUA, 2010). Cu: Sam Shepard 22.00 Focus 22.30 Starea nației 23.30 TÂLCtalk 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film „Misiune de salvare" (r) 4.00 Serial: „Trăsniții" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Starea nației (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuăra" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial (r) 16.00 Seial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Repere sacre 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităților 13.30 Natură și aventură (r) 14.00 Documentar 360º-GEO 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Handbal: SCM Râmnicu Vâlcea – Gloria Buzău 17.30 România... în bucate 17.58 #NuExistaNuSePoate! 19.00 Telejurnal 20.00 Câștigă România! (r) 21.10 Film: „Totul pentru copilul meu" (SUA, 2020). Cu: Emmanuelle Vaugier 22.40 Veniți de gustați! 23.00-5.05 Reluări 5.55 Poate nu știai.

6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 La Măruță (r) 8.30 Film: „Loser" (r) 10.45 Serial (r) 13.00 Film: „The Lady and the Bandit" (r) 14.45 Film: „Simon Sez" (r) 16.30 Film: „Greva de Crăciun" (coprod., 2010) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Camera de refugiu" (SUA, 2002). Cu: Jodie Foster, Kristen Stewart 22.45 Film: „Departe de tine" (România, 2017). Cu: Maia Morgenstern 0.45-4.30 Reluări.

VINERI – 14 mai

6.55 Cu capu-n zori 9.45 Teleshopping 10.00 Telejurnal regional 10.45 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Ediție specială 13.30 Europa mea 14.00 Telejurnal 15.10 Opre Roma 16.00 EURO polis 17.15 Serial: „Giuvaierul palatului" 18.30 Cosmos 2021 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Misterele adevăratului Sherlock Holmes: Ochii pacientei" (Regatul Unit, 2001). Cu: Ian Richardson, Katie Blake 23.00 Microbist de România (r) 0.00 Telejurnal 0.45-5.00 Reluări.

6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO TV 20.30 Românii au talent 0.30 Film: „Focul la ei" (SUA, 2016). Cu: Sharlto Copley, Brie Larson 2.15 Film: „The Tourist" (r) 4.00 Vorbește lumea (r).

6.00 Observator 8.00 Divertisment: 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Acces direct cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.30 Film: „Escape Plan: Testul suprem" (SUA, 2013). Cu: Arnold Schwarzenegger, Sylvester Stalone 22.30 Chefi la cuțite (r) 2.30 Burlacul (r) 4.00 Film: „Escape Plan: Testul suprem" (r).

7.00 Focus la prima oră 10.00 Hai cu fetele! (r) 11.00 Teleshopping 12.00 Teleshopping LIVE 14.00 Focus 15.00 Sănătate cu stil (r) 15.30 Serial: „Ringo" 16.00 Supernanny (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Film: „Conspirația din Birmania" (SUA, 2011). Cu: Sharon Stone 22.30 Film: „Restul e tăcere" (România, 2008). Cu: Marius Florea Vizantea 1.00-6.00 Reluări.

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r).

7.00 Generația Fit (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Destine ca-n filme (r) 9.00 Teleșcoala (r) 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Pescar hoinar (r) 14.00 Documentar 360º-GEO (r) 15.00 Teleșcoala: Clasa a XII-a 16.00 Serial: „Glasul inimii" 17.00 Glumeții 17.30 România... în bucate 18.00 Cirque Du Soleil: Quidam 19.00 Telejurnal 20.00 Gala umorului 22.00-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai.

6.15 La Măruță (r) 8.15 Film: „Patima dragostei" (SUA, 1956) 10.15 Serial (r) 12.30 Film (r) 14.15 Film: „Loser" (r) 16.15 Film: „O duminică de pomină" (SUA, 2008). Cu: Ice Cube, Katt Williams 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Like.Share.Crimă" (SUA, 2016). Cu: Courtney Lakin 22.30 Film: „Bona" (SUA, 2011). Cu: Jonah Hill 0.15 Film: „#Followfriday" (r) 2.00 Film: „The Sitter" (r) 3.30 Serial: „La Bloc" (r).

SÂMBĂTĂ – 15 mai

7.00 Tezaur folcloric (r) 8.00 Serial: „Fram" 9.00 1, 2, 3 și afli tot ce vrei! 9.35 Eu pot! 10.35 Vreau să fiu sănătos! 11.30 Cooltura 12.00 Fan/Fun urban 12.30 #Creativ 13.00 Ediție specială 13.15 Exclusiv în România (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Handbal: Gloria Bistrița – CSM București 16.00 Lumea azi 16.30 Banii tăi 17.00 Vedeta populară 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „B.D. intră în acțiune" (România, 1970) 23.00-0.15 Reluări 1.25 Doc.: „Dosarele extratereștrilor" 2.10-5.05 Reluări.

6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 I like IT 10.30 Superspeed la PRO TV 11.00 Film: „Elefantul Whispers" (SUA, 2000) 12.45 Film: „Un cuvânt poate schimba totul" (SUA, 2008) 15.00 Film: „Acasă la Coana Mare" (SUA, 2000) 17.00 Românii au talent (r) 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Răzbunătorii" (SUA, 2012) 22.45 Film: „Control Parental" (SUA, 2018) 0.45-4.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Film: „Blonda de la drept 2" (SUA, 2003) 11.00 Serial: „Adela" (r) 13.00 Observator 13.45 Mireasa (r) 16.00 Chefi la cuțite (r) 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva 23.15 Te cunosc de undeva! After Party, cu Dorian Popa 23.30 Chefi la cuțite (r) 2.30 Observator (r) 3.15 Băieți de oraș 4.00 Film: „Blonda de la drept" (r).

7.00 Flash monden 7.30 Teleshopping LIVE 9.00 Starea nației (r) 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Flash monden 12.00 Poezie și delicateturi (r) 14.00 Film: „Restul e tăcere" (r) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash Monden 20.00 Supernanny 21.30 Film: „Papillon" (SUA, 1973). Cu: Steve McQueen, Dustin Hoffman 0.30 Film: „Răzbunarea haiducilor" (r) 2.30 Film: „Papillon" (r) 4.30 Focus (r) 6.00 TÂLCtalk (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 7.45 Serial (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial (r).

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 MotorVlog (r) 8.30 Serial: „Armăsarul sălbatic" 9.30 Generația Fit 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 Handbal: Dunărea Brăila – SCM Râmnicu Vâlcea 12.30 Cap compas 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Femei de 10, bărbați de 10 17.00 Frați de viță 17.30 MotorVlog 18.00 Distracțiile lui Cazacu 18.30 Zile cu stil 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „La răsărit de eden" (partea a II-a) 22.10 Serial: „Păcatul și rușinea" 23.55-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai 6.00 Generația Fit (r).

6.15 Serial: „La Bloc" (r) 6.45 Ce spun românii (r) 8.45 Film: „On Strike for Christmas" (r) 10.30 Serial (r) 12.45 Film: „Hot Blood" (r) 14.30 Film (r) 16.15 Film: „Devoratoarea de bărbați II" (SUA, 2012) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „O reuniune furtată" (SUA, 2009) 22.30 Film: „Asasinarea lui Kennedy" (SUA, 2015) 0.30 Film (r) 2.30 Film: „The D Train" (r) 4.00 Film: „Departe de tine" (r) 3.45 Serial (r).

DUMINICĂ – 16 mai

7.00 Universul credinței 9.00 M.A.I. aproape de tine 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură (r) 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ediție specială 13.05 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Handbal: CSM București – Gloria Brăila 16.00 Adevăruri despre trecut 16.30 #Creativ (r) 17.00 Exclusiv în România 17.45 MomentArt 18.00 Dosar Romania 19.00 Breaking Fake News 20.00 Telejurnal 21.00 Vedeta populară 23.00 Garantat 100% 0.00 Replay 1.00 Doc.: „Dosarele extratereștrilor" 1.50-5.55 Reluări.

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO TV 10.00 Ce se întâmplă, doctore? 10.00 Arena bucătarilor 11.00 Film: „Big Momma's House" (r) 13.00 Apropo Tv 14.00 Românii au talent (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile PRO TV 20.00 Film: „Greu de ucis 4" (SUA, 2007). Cu: Bruce Willis 22.30 Film: „Viață: Primele semne" (SUA, 2017) 0.30-5.00 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Casa Zurli 10.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 13.30 Hello Chef! 14.00 Te cunosc de undeva (r) 17.00 Film: „B.D. la munte și la mare" (România, 1971). Cu: Toma Caragiu, Puiu Călinescu 19.00 Observator 20.00 Chefi la cuțite 23.30 iUmor (r) 2.15 Divertisment: mai mult iUmor (r) 2.30 Observator (r) 3.30 Scena misterelor.

7.00 TÂLCtalk (r) 7.30 Teleshopping live 9.00 Film: „Răzbunarea haiducilor" (România, 1968) 11.00 Insider Politic 12.00 Film: „Tată de duminică" (România, 1974). Cu: Amza Pellea 14.00 Poezie și delicateturi 16.00 Cronica Cârcotașilor (r) 18.00 Focus 18 19.30 Flash monden 20.00 Schimb de mame 22.00 Supernanny (r) 23.30 Poezie și delicateturi (r) 1.30 Film (r) 3.30 Flash Monden (r) 4.30 Focus (r) 6.00 Insider politic (r).

5.45 Serial: „Dragostea nu uită" (r) 6.45 Serial (r) 7.45 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 9.15 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 10.15 Serial (r) 11.45 Serial: „La Dona – povestea continuă" (r) 13.45 Teleshopping 14.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r) 15.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" (r) 16.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 17.00 Serial: „Dragostea nu uită" 18.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" 19.00 Serial: „La Dona – povestea continuă" 21.00 Serial: „Răzbunare pe tocuri" 22.00 Serial: „Regina" 23.30-3.45 Reluări. 4.15 Serial: „Doctorul casei" 5.00 Serial: „La ușa ta, iubirea" (r).

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură și aventură 11.00 Handbal: Măgura Cisnădie – Gloria Bistrița 12.30 Sănătate cu de toate (r) 13.10 Film: „Omul care ne trebuie" (România, 1979) 14.45 Veniți de gustați! 15.00 Drag de România mea! 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Rețeaua de idoli 19.00 Telejurnal 19.35 E vremea ta! 20.10 Film: „Trei scrisori secrete" (România, 1974) 22.10 Film: „Iris" (coprod., 2001) 23.55-5.00 Reluări 5.55 Poate nu știai.

6.15 Serial: „La Bloc" (r) 6.45 Ce spun românii (r) 8.45 Film: „Maneater II" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „First Sunday" (r) 14.45 Film: „Hot Blood" (r) 16.30 Film: „O rețetă letală: porția finală" (SUA, 2016) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Tipic masculin" (SUA, 2003). Cu: Jason Lee, Julia Stiles 22.30 Film: „Ucide ce iubești" (SUA, 2013). Cu: Daniel Radcliffe 0.30 Film: „Teroare în mlaștină" (SUA, 2014) 2.15 Film (r) 4.00 Serial: „La Bloc" (r).

COMPLETĂRI

Integramă de **M. ALBU**

DISTANȚATĂ MITING, ADUNARE PUBLICĂ		ASCUNS A FACE PRAF ȘI PULBERE	P	A SĂRI TRENUL DE PE ȘINE DIN LEFURII	D	ÎN PALTON! TITLU DE NOBIL ENGLEZ	T	A SPUNE CU VOCE TARE DEȘTEPT, IȘTEȚ	
		I		E		O			
OBICEIURI BISERICEȘTI A ULUI	R	I	T	U	R	I	OMUL DIN ATENA RAPSOD DE LA NOI	G	R
			I	IUTE, GRAS SAU KAPIA MOȘTENIT GENETIC	A	R	D	E	I
PETROL SUNET LA CEAS	T	I	T	E	I	PIESĂ LA O MAȘINĂ MAȘINA ENGLEZULUI			
T	I	C	A LUA GRIPA REGINELE RUSEȘTI		A			ÎMPLINIȚI ÎN VIAȚĂ ANGAJAT LA AMBASADĂ	
A	FIRE DE URZEALĂ GULERE DE BLANĂ	I	T	E	DIN CANAT! CÂNTEC DE SLAVĂ				DUMNEATA CÂNDVA, PE VREMURI
C		IUBEȘTE ENORM PIESĂ DE TIGLĂRIE							
ÎN NACELĂ! DOGORITOR OM AL LEGII						PLANTAT ÎN GRĂDINĂ LACUL MORII			
J	A	N	D	A	R	M	UMPLUȚI LA MOARĂ ÎN ARIE!	S	A
PAR TUNS DE PE OI DĂRNICIE	L	I	N	A	CHIPEȘ	O			

PERIOADĂ DE 10 ANI BLUZĂ CU ALTIȚE	D								
	E								
	C								
COTLET	E								
F	N								
R	I								
I	U								
P	ARBORI MILENARI								
T									
U	I								
R									
A									

Umor

Un tip intră într-un local și îi spune chelneriței:

– Vreau un sandwich cu o felie de pâine albă, una de pâine neagră și una de pâine integrală, prăjite mediu. Pune șuncă și brânză pe stratul de jos, puiul, frunza de lăptucă și roșia pe stratul de sus. Pune maioneză pe fiecare strat. Taie cojile și taie-l în patru, cu câte o felie de murătură pe fiecare și o scobitoare care să țină la un loc fiecare sfert. Ai înțeles?

– S-a făcut, zise chelnerița.

Apoi strigă spre bucătărie:

– Un sandwich pentru un arhitect. Aduc și planurile imediat!

O fetiță stătea de vorbă cu mătușa ei, care nu avea copii:

– Mătușă, tu de ce nu ai copii?

– Pentru că nu mi-a adus barza.

– Și cu altă pasăre nu ai vorbit?

Fata către tatăl ei:

– Tată, sunt îndragostită de un băiat foarte departe de mine... EI locuiește în America. Ne-am cunoscut pe un site de întâlniri, am devenit prieteni pe Facebook, am vorbit pe WhatsApp, m-a cerut de nevastă pe Skype...

Și am nevoie de acordul și binecuvântarea ta...

Tatăl:

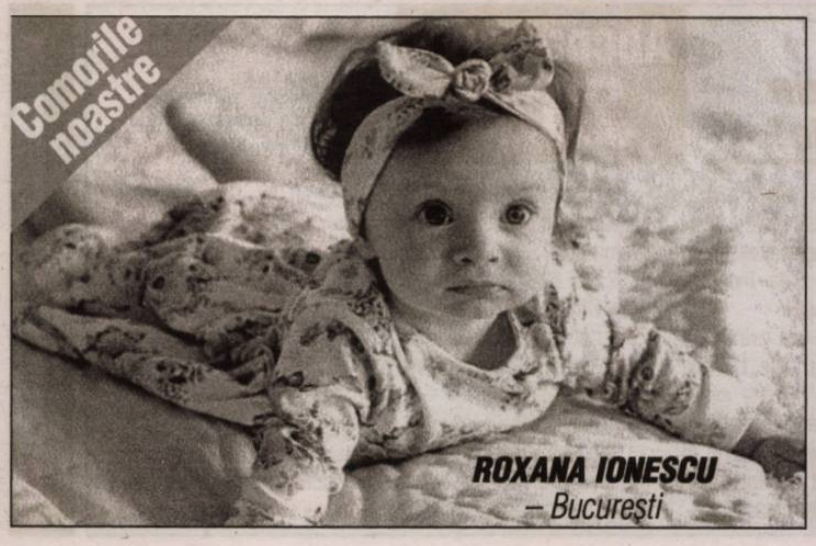
– Wow! Serios?? Atunci căsătorește-te pe Twitter, distrează-te online, cumpără-ți copiii de pe tocmai.ro și dacă te-ai săturat de soțul tău... vinde-l pe olx.

SUDOKU

jocul săptămânii: 18

9	5		3			4	6	
	1	3	9					
6		4						
7			8			3	4	
4								6
	9	6			3			5
						5		4
					1	6	7	
	6	7			9		1	8

Soluția în numărul viitor



Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 17

5	8	2	3	7	1	9	4	6
9	6	1	2	8	4	3	7	5
4	7	3	9	5	6	1	8	2
7	9	5	8	1	2	4	6	3
6	2	4	5	9	3	7	1	8
1	3	8	4	6	7	5	2	9
2	5	9	7	4	8	6	3	1
3	1	7	6	2	5	8	9	4
8	4	6	1	3	9	2	5	7

Soluția integramei „INIȚIERI"

Orizontal: I - P - P - M - P - F - INFIDELITATI - IUTIRI - AZOT - STRA - INMIITI - IARNA - UNT - L - EA - IUTI - ORI - V - GEM - TAURAS - ASA - ALINT - TT - ILARE - TICAI - PR - LAUR - LAC - OUAT - ALARIT - SPECIALITATI.

Flori

Verificați-vă cunoștințele!

1. Ce se înțelege, de obicei, prin floare?
2. Care era originea zeiței florilor, Flora din mitologia romană?
3. Ce se înțelegea în Evul Mediu prin „Floarea darurilor" sau „Albinuța"?
4. Ce mare poet francez a scris volumul de versuri „Florile răului"?
5. Cine a compus muzica operetei „Floarea din Hawaii"?
6. Ce pictor român (1850-1882) a pictat tabloul „Ulcică cu flori de câmp"?
7. Cine a realizat, în 1969, filmul american „Floarea de cactus" („Cactus Flower")?

Răspunsurile din numărul trecut

1) Sfintele Paști, cea mai mare sărbătoare a creștinătății reprezintă Învierea Domnului nostru Iisus Hristos. 2) În popor, săptămâna care urmează după Învierea Domnului se numește „Săptămâna luminată". 3) Sărbătorile Pascale durează 40 de zile, de la Înviere până la Înălțarea Domnului. 4) Romanul „Învierea" a fost scris de Lev Nicolaevici Tolstoi (1828-1910). 5) Muzica operei „Ioan Vodă cel Cumplit" aparține compozitorului Gheorghe Dumitrescu (1914-1996). 6) Celebra frescă „Cina cea de Taină" poartă semnătura lui Leonardo da Vinci. 7) Filmul „Barabbas" a fost realizat în regia lui Roger Yonng.

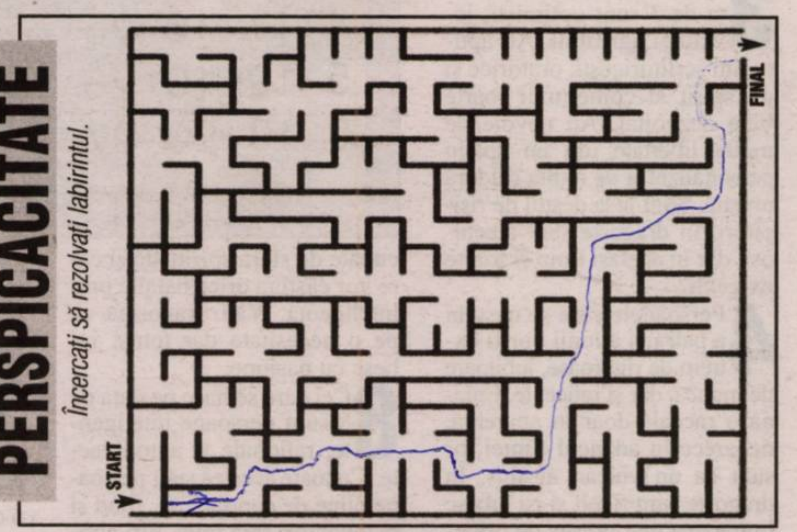
Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Ana" am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră! *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



Sfaturi practice

● Bibelourile de porțelan se curăță bine dacă le scufundăm într-o baie de apă caldă amestecată cu Borax.

● Narcisele nu se pun în glastre alături de alte flori pentru că le vor ofili imediat. Conțin o substanță toxică. Ca să devină inofensive se țin singure în apă rece timp de 24 de ore.

● Puricii plantelor de apartament dispar dacă în pământul din ghiveci plantăm câțiva cățel de usturoi.

● Se spune că sarea de mare alungă răul din casă. Se pune un pumn sub ștergătorul de la intrare și câte 7 grăunțe în cele patru colțuri ale tuturor camerelor din casă. Gândurile dușmănoase ale vizitatorilor nu vor mai rămâne în interior.

● În grădini, morcovii se seamănă cu zaț de cafea sau semințe de ridichi. Astfel îi vom feri de insecte dăunătoare.

● Petele de ceară de pe mobilă se topesc cu foehnul, apoi se șterge locul cu o cârpă moale și apă amestecată cu oțet.

● Broccoli nu se fierbe mai mult de 10-15 minute. Când îl alegem trebuie să

ținem cont să fie de culoare verde închis, fără pete gălbui. Înainte de preparare se desfac bucheţelele și se țin câteva minute în apă cu oțet.

● Periile folosite în gospodărie se curăță foarte bine într-un amestec făcut din o lingură de amoniac și 1 litru de apă.

● Pernele cu puf nu trebuie aerisite la soare, deoarece umplutura se usucă și se degradează, dar nici când afară e umezeală, pentru că puful se năclăiește.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Ziua de naştere

dezvăluie caracterul nativilor

Fiecare dintre noi atunci când se naşte moşteneşte nişte caracteristici care ne vor marca personalitatea toată viaţa. Iată că astrologii vor să ne ajute să îi cunoaştem mai bine pe nativi în funcţie de ziua naşterii. Să îi descoperim în rândurile următoare.

1 Cei născuţi în prima zi a lunii sunt persoane cu veleităţi şi calităţi de şefi, având un excelent spirit de organizare şi de coordonare. Sunt ca un izvor nesecat de idei inedite. În dragoste sunt capabili de pasiuni nestăpânite, intransigenţi dar şi excesiv de geloşi.

2 A doua zi a lunii aduce pentru sărbătoriţi multă imaginaţie şi sensibilitate. Profesional vor avea reuşite, mai ales că sunt constanţi în ceea ce fac. Se înţeleg bine cu prietenii, iar în dragoste sunt rafinaţi, sensibili şi romantici.

3 Nativii care se nasc pe data de 3 sunt optimişti, joviali şi agreabili. Au aptitudini scriitoriceşti, oratorice şi un spirit al comerţului foarte bine dezvoltat. Au nevoie de multă libertate, de un spaţiu personalizat şi de multă căldură umană. Sunt însă destul de risipitori. În dragoste sunt afectuoşi, dar în acelaşi timp şi foarte exigenţi.

4 Persoanele care se nasc în a patra zi a lunii vor fi extrem de riguroase, iubitoare de muncă, dar şi reticente. Emană o răceală doar în aparenţă, deoarece în adâncul fiinţei lor sunt ca un vulcan nestins. În dragoste sunt fideli şi îşi iubesc jumătatea mai presus de orice.

5 Cei născuţi pe data de 5 sunt persoane meticuloase, sensibile şi pline de gingăşie. Se adaptează uşor, sunt binedispuşi dar firea lor este schimbătoare. Au o predispoziţie către excese de toate felurile. În dragoste sunt pasionali, generoşi şi deosebit de afectuoşi.

6 Nativii care vin pe lume în a şasea zi a lunii au un farmec aparte, sunt atrăgători, cooperanţi, loiali şi pot face sacrificii pentru a-şi apăra semenii. Manifestă o mare apetenţă pentru opere de binefacere. În dragoste sunt persoane care trăiesc intens şi adevăraţi poeţi ai iubirii.

7 A şaptea zi din lună aduce pentru nativi o intuiţie şi un spirit de observaţie deosebite. Sunt persoane preocupate de sfera spirituală şi care vor câştiga orice bătălie prin inteligenţă. Văd dragostea ca pe o necesitate dar totuşi iubesc cu pasiune.

8 Cei care se nasc pe data de 8 sunt persoane inteligente, raţionale şi autodidacte. Cu toate acestea sunt persoane pline de contradicţii, fiind şi răzbunători fără milă. Firi atrăgătoare, învăluite în magnetism, fac adeseori cuceriri. Sunt persoane pasionale, dragostea stând la baza relaţiei lor.

9 A noua zi a lunii aduce pentru nativi o anumită înclinaţie spre sfera spirituală. Sunt persoane care adoră imprevizibilul şi aventura. Prieteni loiali, sunt mereu gata să ajute pe ceilalţi. Familia este baza, aşa că au mare nevoie de afecţiunea acesteia. În dragoste au imaginaţie şi sunt extrem de activi.

10 Ambiţia de a cuceri cele mai bune poziţii sociale şi de a atrage cele mai folositoare persoane face din sărbătoriţii acestei zile nişte personalităţi de succes. În dragoste sunt pasionali, fac uşor cuceriri, dar tot atât de uşor le părăsesc.

11 Cei care se nasc în data de 11 sunt persoane talentate, idealiste, inteligente şi diplomate. Sunt însă nativi uşor egoişti, care îşi caută partenerul de viaţă ideal. Romantismului lor îi este necesar puţin spirit practic.

12 A douăsprezecea zi a lunii aduce pentru nativi exuberanţă, sociabilitate, multă energie, dar şi nehotărâre. Iubesc libertatea şi sunt foarte activi. Le este greu să lege o relaţie de durată din cauza firii lor nestatornice.

13 Nativii care se nasc în această zi sunt persoane calme, lucide, metodice şi bine organizate. Până găsesc ceea ce le convine este posibil să schimbe des profesia. Preferă să organizeze viaţa de familie după nişte reguli stricte, devotamentul faţă de cei dragi fiind unul de invidiat. Pasiunea nu este punctul lor favorit, însă nu concep viaţa fără dragoste.

14 Persoanele născute în data de 14 sunt inteligente, intuitive, comunicative şi fermecătoare. Manifestă cam multă independenţă, o oarecare nepăsare şi nu îşi fac mari probleme de viaţă. Se simt ocrotite de astre. În dragoste trebuie să aibă ultimul cuvânt.

15 Cei născuţi în data de 15 sunt înţelepţi, au talent la scris şi sunt buni vorbitori de limbi străine. Persoane timide, interiorizate, de multe ori riscând să le fie rănite sentimentele. În dragoste sunt romantici, tandri, senzuali, dar uneori sunt neînţeleşi de persoana iubită. *(Va urma)*

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ 5G, visul neîmplinit al lui Nikola Tesla ■ Sicarii, primii teroriști ai istoriei ■ „Puternicul Charley", regele canibalilor ■ Suntem mai singuri decât am crezut ■ Ce trebuie știut despre un virus ■ Doar cei mai adaptați supraviețuiesc... chiar și în filme

HOROSCOP

10-16 mai 2021

BERBEC 21.03-20.04

Urmează să faceţi o schimbare reală şi vă gândiţi să aplicaţi câteva idei de a scoate bani în plus. Deşi îi veţi cheltui pe lucruri frumoase sau pe obiecte de artă, acest lux vă dă o stare de satisfacţie. Vă veţi concentra pe ceea ce deţineţi şi ce este important.

TAUR 21.04-21.05

Parcurgeţi o perioadă favorabilă, deoarece atrageţi mai uşor bani, resurse şi oameni importanţi către dumneavoastră. Putem spune că sunteţi vrăjitorii financiari ai zodiacului. Veţi fi şi mai vorbăreţi ca de obicei, aşa că veţi discuta despre orice subiect.

GEMENI 22.05-21.06

Beneficiaţi de o energie care va declanşa schimbări financiare şi ale relaţiilor. Acum puneţi în aplicare idei care vă vor aduce un câştig financiar consistent. Ţineţi cont că dincolo de satisfacerea necesităţilor vieţii, ceea ce doriţi este o stare de spirit mulţumitoare.

RAC 22.06-21.07

Sunteţi conştienţi că banii vă vor ajuta să vă asiguraţi viitorul, mai ales că sunteţi dornici să-i strângeţi aproape pe toţi cei dragi. Planetele din diagrama dumneavoastră vă vor activa dorinţa de a socializa cu ceilalţi.

LEU 22.07-22.08

Zilele acestea vă veţi implica în relaţia cu părinţii, şefii sau profesorii. Acest lucru vă va oferi posibilitatea de a vă rezolva ceea ce doriţi să realizaţi. Sigur că vor fi şi discuţii, dar veţi fi fermecători, cooperanţi şi diplomaţi.

FECIOARĂ 23.08-22.09

În anumite privinţe, veţi trăi un moment frustrant pentru dumneavoastră, deoarece planetele din diagramă vă vor îndemna să vă gândiţi mai mult la bani, câştiguri şi la ceea ce deţineţi. Orice ar fi, faceţi tot ce puteţi să învăţaţi ceva nou. Succes!

BALANŢĂ 23.09-22.10

Atenţia dumneavoastră se va îndrepta către bani, active şi averea pe care o deţineţi. Mulţi dintre nativi îşi vor creşte averea prin asocierea cu altcineva. De exemplu, este posibil să primiţi o moştenire.

SCORPION 23.10-21.11

În aceste zile veţi avea nevoie de mai mult somn, deoarece Soarele este departe de semnul dumneavoastră. Acest lucru vă va oferi însă şansa de a fi mai detaşaţi şi mai obiectivi în relaţiile cu apropiaţii, ceea ce înseamnă că le puteţi îmbunătăţi.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Acum aveţi motivaţia necesară să vă organizaţi bine şi să lucraţi inteligent. Vreţi să obţineţi rezultate mulţumitoare pentru eforturile depuse în cel mai eficient mod posibil. Este un moment bun pentru munca mentală, fiindcă sunteţi atenţi la detalii.

CAPRICORN 22.12-19.01

În această săptămână sunteţi mânaţi de o dorinţă arzătoare pentru divertisment şi veţi evada prin activităţi distractive. Relaţiile cu copiii se vor îmbunătăţi. În weekend vă veţi distra alături de cei mai mici membri ai familiei.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Vă concentraţi pe problemele legate de casă şi familie, iar unii dintre dumneavoastră se vor implica mai mult în relaţia cu unul dintre părinţi. Veţi fi interesaţi să redecoraţi sau veţi face tot ce puteţi pentru ca locuinţa să fie mai atractivă.

PEŞTI 19.02-20.03

Ritmul zilelor se va accelera deoarece vă decideţi să puneţi în aplicare un proiect ambiţios legat de propria casă. Deoarece veţi fi dornici să comunicaţi cu apropiaţii, vă veţi descoperi adevărate calităţi de oratori.

Nativul săptămânii: **HENRY CLIFTON SORBY** (10.05.1826 – 09.03.1908)

A fost un geolog englez, unul dintre pionierii în petrografie. Acest nativ al zodiei Taur şi-a adus o contribuţie majoră prin dezvoltarea unor tehnici pentru studierea fierului şi a oţelului cu microscopul şi a deschis calea pentru producţia în masă de oţel.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178965

Preţ abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	9,00 LEI
❑ 2 LUNI	18,00 LEI
❑ 3 LUNI	27,00 LEI
❑ 4 LUNI	36,00 LEI
❑ 5 LUNI	45,00 LEI
❑ 6 LUNI	54,00 LEI

Abonamente 2021

Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!

Abonamente 2021

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1 Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.

2 Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 38 euro sau 45 $,
– 6 luni: 75 euro sau 90 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc Scara Etaj 1 Ap.
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel.
C.N.P.
Expeditor
Localitatea
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR.

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE 0722625622

SERIE NOUĂ - 1548 • ANUL LXIV • 13 MAI 2021 • 16 PAGINI • 3 LEI Nr. 19 (3298)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

MOARA
care macină timpul

Femina club

Lecţii de nutriţie
Riscurile mâncatului rapid

Dosarele frumuseţii
Măşti pentru un ten luminos

Consultaţii fără plată

Ce trebuie ştiut despre un
VIRUS

„Fii corect cu toţi, sociabil cu mulţi, apropiat cu unii şi prieten cu câţiva!"
Sigmund Freud

visul neîmplinit al lui Nikola Tesla

LA APOGEUL CARIEREI SALE, NIKOLA TESLA începe să devină obsedat de o altă idee: cum se poate transmite electricitatea *fără* fire, *wireless*, cum spunem noi azi.

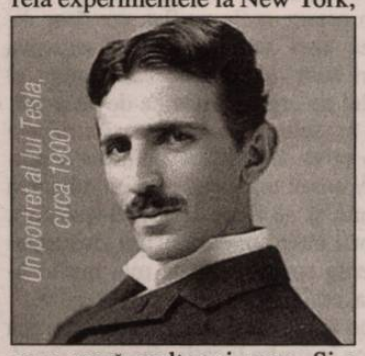
Tesla şi-a imaginat un sistem prin care electricitatea ar putea fi transmisă prin aer la distanţe mari, fie printr-o reţea de turnuri poziţionate strategic, fie prin intermediul unui sistem de baloane suspendate. Lucrurile nu au mers cum şi le-a imaginat, iar ambiţiile lui Tesla pentru o furnizare globală de energie electrică fără fir nu au fost niciodată realizate.

Un turn misterios

Şi totuşi, n-a fost o simplă idee a unui inventator vizionar.

Suntem la început de secol al XX-lea, şi Tesla efectuase deja, în laboratorul său din Colorado, câteva experimente de transmisie a electricităţii fără fir, prin sol şi se pare că „în cel puţin un caz a avut ceva succes".

Aşa că Tesla şi-a propus să reia experimentele la New York,



Un portret al lui Tesla, circa 1900

pe o scară mult mai mare. Şi-a prezentat ideea unuia dintre cei mai bogaţi oameni din lume, bancherul J.P. Morgan, de la care Tesla a obţinut sprijinul dorit, mai exact 150.000 de dolari, ceea ce însemnau la acea vreme o groază de bani. J.P. Morgan era foarte interesat de ideea comunicării fără fir, mai ales după ce Guglielmo Marconi, un inventator italian, realizase un sistem de telegrafie fără fir, de trimitere a mesajelor spre nave şi de la ele înapoi pe uscat. Dar Tesla avea idei şi mai mari.

Pentru a-şi materializa ideea, Tesla a început în Long Island, în 1901, construcţia turnului care avea să devină cunoscut sub numele de turnul Wardenclyffe. În final, turnul avea 57 de metri înălţime, era construit din lemn, deasupra însă, el susţinea o bilă de oţel cu un diametru de 20 de metri. Întregul ansamblu, credea inventatorul, ar fi putut furniza electricitate fără fire întregii lumi.

Tesla şi-a imaginat că acesta putea fi începutul unei reţele de turnuri, cel puţin 30, în întreaga lume, prin intermediul cărora s-ar fi putut transmite electricitate prin atmosferă, pe care oricine, cu un echipament adecvat, ar fi putut să o recepţioneze.

Dar ideea lui Tesla nu avea să funcţioneze niciodată. Poate şi din pricina faptului că teoriile ştiinţifice care stau la baza visului lui Tesla vor fi ulterior spulberate. Electricitatea poate fi transmisă prin aer, dar cantitatea de energie necesară pentru a transmite o cantitate substanţială de electricitate face acest sistem unul extrem de nepractic. Asta nu înseamnă că proiectul nu s-ar fi putut dezvolta prin ajustări şi adaptări ulterioare.

Staţia wireless Wardenclyffe fotografiată în 1904

Pentru asta însă, Tesla avea nevoie de mai mulţi bani, iar J.P. Morgan şi-a retras brusc susţinerea financiară, experimentele nu-l convinseseră.

> **NIKOLA TESLA, CEL MAI MARE INVENTATOR DIN TOATE TIMPURILE, A AVUT ŞI CÂTEVA IDEI FULMINANTE CARE ÎNSĂ AU RĂMAS ÎN STADIUL DE PROIECT, ÎNCEPUT DAR NEFINALIZAT, ÎN SPECIAL DIN LIPSA FINANŢĂRII. UNUL DINTRE ACESTEA ESTE TRANSMISIA ELECTRICITĂŢII FĂRĂ FIR, CARE ASTĂZI ESTE PRELUAT DE TEHNOLOGIA 5G.**

Sigur, existaseră rapoarte despre „scântei care zboară din turn o dată sau de două ori", dar în cea mai mare parte turnul a rămas o sferă de metal în slujba unei idei misterioase.

După ce finanţarea s-a epuizat, Tesla a ipotecat proprietatea şi, în cele din urmă, pe măsură ce problemele sale financiare s-au adâncit, a pierdut-o cu totul. În 1917, noul proprietar, încercând să recupereze ceva bani, a dinamitat turnul şi l-a transformat în fier vechi.

De la Tesla la 5G

Dar geniala teorie a lui Nikola Tesla nu a fost respinsă, chiar dacă nu a funcţionat la începutul secolului al XX-lea. Dimpotrivă, azi ea stă la baza a ceea ce este numit generic *reţelele 5G*, pe care China, prin compania *Huawei* le are deja în exploatare.

Un studiu publicat în luna ianuarie sugerează că arhitecţii reţelei 5G au construit, fără să vrea, ceea ce Tesla nu a reuşit să construiască la începutul secolului al XX-lea: o „reţea electrică fără fir" care ar putea fi adaptată pentru a încărca sau alimenta dispozitive mici încorporate în maşini, case, locuri de muncă şi fabrici.

Pentru că 5G se bazează pe o reţea densă de antene puternice montate pe stâlpi, este posibil ca aceeaşi infrastructură, cu unele modificări, să poată transmite energie către dispozitive mici. Dar transmisia va suferi în continuare de dezavantajul-cheie al turnului Tesla: risipa ridicată de energie, care poate fi dificil de justificat, având în vedere urgenţa crizei climatice.

Cu câteva decenii în urmă, s-a descoperit că un fascicul radio focalizat poate transmite electricitate pe distanţe relativ mari fără a utiliza fire. Aceeaşi tehnologie este acum utilizată în reţeaua 5G: cea mai recentă generaţie de tehnologie pentru transmiterea conexiunii la internet, la telefoanele inteligente (smartphone), prin intermediul undelor radio emise de o antenă locală. Această tehnologie 5G îşi propune să ofere o creştere de 1.000 de ori a capacităţii faţă de ultima generaţie, 4G, adică pentru a permite să se conecteze până la un milion de utilizatori pe kilometru pătrat.

Pentru a sprijini aceste actualizări, 5G foloseşte o anumită magie de inginerie exprimată prin reţele foarte dense de stâlpi şi antene cu tehnologie specială şi includerea transmisiei cu unde milimetrice (mmWave).

Iar densitatea crescută a reţelei este deosebit de importantă, deoarece deschide posibilitatea utilizării benzilor *mmWave* pentru a transmite diferite unde radio care pot transporta atât conexiunea la internet, cât şi energie electrică.

Sunt şi unele probleme legate de eficienţa reţelelor 5G care trebuie depăşite. Pentru a furniza energie fără fir, stâlpii 5G vor consuma aproximativ 31kW de energie, echivalentul a 10 ibrice de ceai care fierb în mod constant apă.

O altă problemă este îngrijorarea că tehnologia 5G, prin undele radio, prin emiţătoare, stâlpi şi antene, poate provoca cancer, dar asta rămâne de stabilit de studiile independente viitoare. Şi cantitatea de energie care provine de la antene şi stâlpi ar putea fi nesigură. Un calcul aproximativ sugerează că utilizatorii vor trebui ţinuţi la cel puţin 16 metri distanţă de stâlpii pe care sunt amplasate antenele pentru a se conforma reglementărilor de siguranţă stabilite de Comisia Federală pentru Comunicaţii din SUA.

Este posibil ca abordările viitoare, cum ar fi noua antenă cu fascicule mai înguste şi mai direcţionate să reducă semnificativ energia necesară, şi irosită, de fiecare stâlp.

Oricum, visul neîmplinit de acum o sută de ani al lui Nikola Tesla este azi realizat.

GEORGE CUŞNARENCU

5 948427 000171 19

TÂRGU-MUREŞ

Moara care macină timpul

Unică în lume, Sturminster Newton Hill, din sudul Angliei, este cea mai longevivă moară de apă în funcţiune. Situată pe malul râului Stour din comitatul Dorset, ea a fost construită şi a început să macine – atenţie! – în anul 1016, iar de curând, numai în luna aprilie a măcinat mai mult de o tonă de grâu.

Pentru prima dată a fost menţionată în faimosul manuscris Domesday, realizat în 1085 din iniţiativa regelui William Cuceritorul, o cronică anglo-saxonă făcută publică un an mai târziu. O actualizare a informaţiilor despre veşnic tânăra moară a apărut în perioada elisabetană, în 1566.

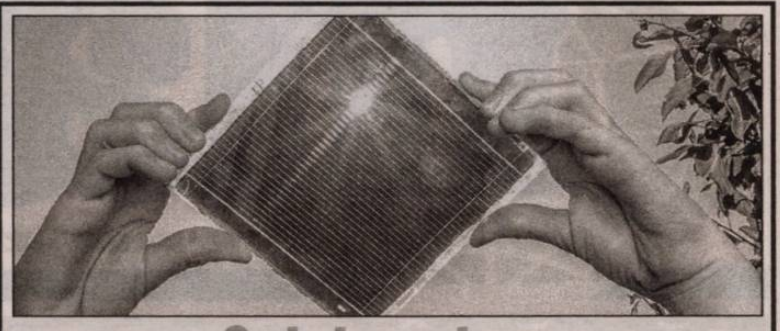
Timpul s-a scurs, deceniu după deceniu şi veac după veac, însă Sturminster Newton Hill a continuat să macine, până în zilele noastre. Cu numai câţiva ani înainte să împlinească incredibila vârstă de un mileniu, în 1970 a fost închisă şi transformată într-un muzeu cu un specific aparte. Între altele, două zile pe lună sunt rezervate producerii mai degrabă simbolice de făină, în cantităţi mici, pentru turiştii care vizitează zona.

Morarii Pete Loosmore şi Imogen Bittner, responsabili atât cu activitatea muzeului, cât şi cu cea a morii propriu-zise, le oferă oaspeţilor, drept suvenir, mici pungi cu făina proaspăt produsă. Cu un an în urmă, cei doi au aflat că magazinele alimentare din comitat au început să-şi epuizeze stocurile de făină şi astfel a luat naştere o afacere nouă, dar pe „temelia" milenară a aceleiaşi mori.

Sturminster Newton funcţionează pe o turbină de apă de 25 de cai putere instalată în 1904, care a înlocuit două roţi de apă montate în 1849 şi capabile să producă o putere combinată de 12 cai putere. Când este complet funcţională, fabrica poate produce 66 de kilograme de făină de pâine pe zi.

În prezent, toate veniturile sunt reinvestite în fabrică, recuperându-se o parte din deficitul înregistrat când fluxul constant de grupuri şcolare şi turişti care frecventează de obicei muzeul se opreşte. Produsul e foarte apreciat de clienţi, pe de altă parte un avantaj faţă de fabricile de făină mari fiind şi acela că aici se pot împacheta cantităţi mici, preferate de comercianţii din zonă.

Nu în ultimul rând, un amănunt mereu valabil se adaugă incredibilei activităţi: Sturminster Newton consumă energie naturală, iar făina obţinută este sută la sută ecologică.



Celule solare „condimentate" cu ardei iute

Noi cercetări sugerează că celulele solare „picante" ar putea funcţiona mai eficient. Aşa este, oamenii de ştiinţă de la Universitatea Naţională a Chinei de Est au tratat celulele solare cu capsaicină, compusul responsabil pentru binecunoscuta senzaţie de arsură a ardeiului iute şi au descoperit că acestea au devenit mai eficiente în transformarea energiei solare în electricitate.

Constatările se aplică unui tip de celulă solară emergentă care utilizează materiale numite perovskite, ce conţin elemente pe bază de plumb. Siliciul domină fabricarea panourilor solare de zeci de ani, dar celulele perovskite s-au dovedit foarte eficiente, în sensul că lucrează în tandem cu cele din siliciu pentru a înmagazina şi mai multă energie, precum şi pe cont propriu, caz în care pot fi fabricate subţiri şi flexibile.

Cu toate acestea, pe când celulele solare perovskite depăşesc eficienţa siliciului la absorbţia energiei soarelui, tehnologia a avut probleme la transformarea luminii acestuia în electricitate, pierzând căldură. În ceea ce priveşte randamentul acestei tehnologii insolite, s-a relevat că la adăugarea de capsaicină conversia puterii celulelor netratate a fost de 19,1%, dar celulele tratate astfel au convertit 21,88% din energia solară disponibilă, potrivit studiului.

Celulele solare tratate au fost, de asemenea, mai stabile, păstrând mai mult de 90% din eficienţa lor după 800 de ore. Potrivit Nature, celulele perovskite pot fi mai ieftine şi mai uşor de realizat decât celulele solare din siliciu, iar adăugarea unui condiment le-ar putea transforma într-un element mai promiţător al unui viitor mai puţin dependent de combustibilii fosili.

Confuzia paronimică

Să vorbim corect!

Auzim de multe ori spunându-se în diverse anunţuri sportive că X (sau echipa X) *a „reputat"* o victorie împotriva lui Y (sau echipei Y).

Greşeala provine din necunoaşterea corectă a verbului care trebuie folosit aici. Verbul „a reputa" nu există în dicţionare. Există numai adjectivul „reputat" care înseamnă „vestit, celebru".

Găsim însă verbul a „repurta" care este definit de dicţionare cu mai multe sensuri dar, cel care ne interesează în contextul respectiv este: „A obţine; a câştiga o victorie, un succes" (de obicei într-o competiţie). Aşadar, avem de-a face cu o confuzie paronimică şi aceasta trebuie evitată.

Formularea corectă în acest caz este „X (sau echipa X) a repurtat o victorie împotriva lui Y (sau echipei Y)". *(I.S.)*

Căsuţe de origami

Pentru numeroşi oameni cu posibilităţi materiale infime, nevoia de a avea un adăpost temporar devine vitală. În acest sens, se caută şi se realizează cele mai neaşteptate variante de asemenea locuinţe – de dimensiuni reduse, ieftine, uşor de montat şi care nu afectează zona de amplasare.

Recent, o echipă de cercetători în matematica aplicată de la Universitatea Harvard a creat corturi inspirate de remarcabila artă japoneză numită origami, în urma căreia putem admira acele incredibile artefacte de hârtie pliată întruchipând animale, flori, obiecte din viaţa cotidiană şi chiar adevărate tablouri lucrate cu meticulozitate maximă.

Căsuţele de origami se pot chiar restrânge cu uşurinţă, de pildă, la dimensiunile unei saltele duble, funcţionalitatea lor e însă indiscutabilă, chiar dacă fac parte din categoria obiectelor gonflabile.

Tehnologia funcţionează aproape ca un castel gonflabil (dintre cele aflate în parcurile de distracţii), dar odată ce zidurile se fixează, presiunea aerului poate fi îndepărtată şi structurile îşi pot păstra forma. Aceasta se datorează faptului că structurile origami au fost create pentru a fi bistabile sau structural solide în două forme; în acest caz, pliate şi umflate.

În loc de hârtie, structurile gonflabile sunt realizate din bucăţi de carton sau plastic pre-tăiate. Piesele plate sunt solide şi conectate între ele cu „balamale", precum banda flexibilă. Trebuie proiectată cu atenţie bariera energetică, partea cea mai importantă a acestor obiecte-locuinţă ce par un joc de inginerie. Structura cortului are atât lăţimea, cât şi înălţimea de circa 8 metri. În modelul demonstrativ al realizatorilor, în interiorul acestuia încap două mese, 14 scaune şi o bicicletă din cort pentru a arăta cât de mare este în interior. Dar, înainte ca acesta să fie umflat, are doar dimensiunea unei saltele duble. Asemenea adăposturi sunt desfăşurate ca element al răspunsului de urgenţă în zone de dezastru.

Pot fi aşezate pe un camion şi e nevoie doar de o sursă de presiune pentru a le umfla. Apoi, odată umflate, se elimină sursa de presiune şi se trece la următorul cort. Cercetătorii intenţionează acum să studieze rezistenţa structurilor pe mai multe tipuri de „agresiuni" externe şi prăbuşire.

În mod ideal, va fi posibilă reutilizarea structurilor în multe locaţii, deoarece structurile de ajutorare la dezastre sunt adesea abandonate sau distruse. Sunt interesaţi, de asemenea, de materialele exclusiv ecologice şi biodegradabile sau reciclabile.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculata la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

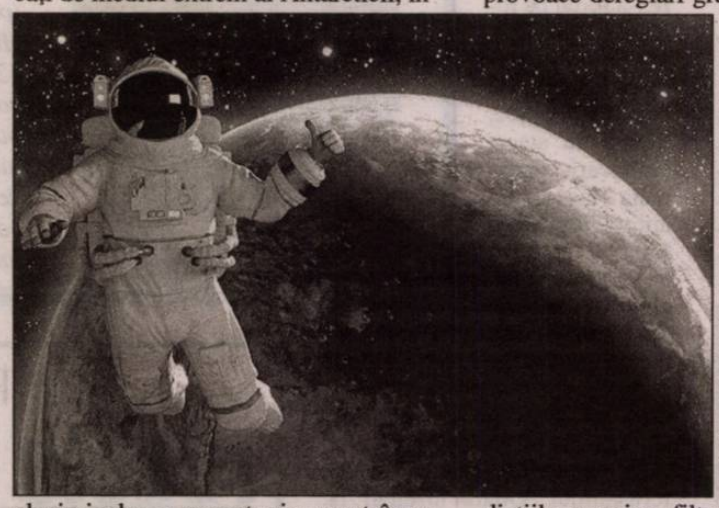
Zborurile spațiale de durată
efecte asupra sănătății astronauților

Într-o epocă în care zborurile cu echipaj uman către planeta Marte par să devină tot mai apropiate de realitate, savanții examinează posibilele efecte ale zborului cosmic de durată asupra stării de sănătate a astronauților – inclusiv asupra mentalului acestora.

Studiind activitatea oamenilor de știință aflați la stații de cercetare polară din Antarctica, psihologii atrag atenția că izolarea pe perioade mari de timp predispune la apariția de simptome specifice anxietății și depresiei, dar mai ales de un declin continuu al emoțiilor pozitive, precum satisfacția, entuziasmul și curiozitatea, de la startul misiunii până la încheierea ei.

Nivelul acestor emoții pozitive nu pare să crească la loc nici după încheierea msiunii, un fenomen pe care psihologii îl cunosc de multă vreme și pe care l-au numit „efectul celui de-al treilea sfert". Într-un studiu publicat luna trecută în revista de specialitate Acta Astronautica, psihologul Candice Alfano, director la Centrul pentru probleme legate de anxietate și somn din cadrul Universității Houston, a analizat comportamentul mai multor oameni de știință de la două stații de cercetare antarctice.

Examinând factorii de stres implicați de mediul extrem al Antarcticii, inclusiv izolarea, monotonia, constrângerea spațială, lipsa intimității și alterarea ciclurilor zi-noapte, echipa lui Alfano a încercat să evalueze starea psihologică a cercetătorilor pe o perioadă de nouă luni, inclusiv pe cea mai aspră porțiune din iarna polară. A fost remarcată o scădere continuă a entuziasmului și satisfacției legate de activitatea desfășurată și s-au înregistrat oscilații serioase ale nivelului hormonilor de stres, precum cortizolul.



Oamenii de știință se tem că aceste efecte ar fi mult amplificate în cazul unui zbor spațial de durată – de pildă astronauții de la bordul Stației Spațiale Internaționale (SSI) au un ciclu de somn/lumină solară naturală total perturbat, văzând în fiecare zi terestră (24 de ore), 16 răsărituri și apusuri!

O asemenea situație e de natură să provoace dereglări grave ale somnului, dând naștere la un cerc vicios, care ar putea afecta capacitatea de concentrare și de luare a deciziilor. O altă sursă de îngrijorare, din punct de vedere al psihologilor, este efectul radiației asupra mentalului astronauților – încă din 2019 psihiatrul american Tyler Moore a avertizat că radiațiile cosmice, filtrate pe Pământ de atmosfera terestră, ar putea avea însă efecte nebănuite asupra psihicului astronauților, în cazul unui zbor îndelungat.

În plus, lipsa totală a gravitației (imponderabilitatea) poate provoca acumularea de tensiuni în craniu și poate duce la micșorarea glandei pituitare (glandă care guvernează funcții vitale, de la creștere la temperatura corporală) – efect deja observat la astronauții de pe SSI.

Experții se tem că astronauții care petrec mult timp în afara gravitației terestre ar putea avea nu doar probleme fizice, ca dificultăți de mers sau de control al vezicii urinare, ci și un risc crescut de apariție a demenței.

Obezitatea și rețelele sociale

Persoanele care doresc să mai dea jos din kilograme ar trebui să evite să mănânce la serviciu în compania colegilor de muncă. Și aceasta pentru că, relevă un studiu efectuat în Statele Unite, ele au tendința să imite alegerile alimentare – de cele mai multe ori nesănătoase – ale colegilor.

Studiul a analizat pe o perioadă de doi ani rețeaua socială a celor aproximativ 6.000 de angajați ai Spitalului General din Massachusetts și opțiunile alimentare ale acestora, în cele câteva restaurante dedicate personalului din acest uriaș complex spitalicesc. S-a descoperit că modelele alimentare – în general nesănătoase – erau influențate de ceilalți participanți la masă, chiar și în cazurile în care aceștia nu erau colegi de muncă, ci doar cunoștințe întâmplătoare.

Însă concluzia studiului a fost că în general presiunea colectivă generată de alegerile alimentare ale celor cu care ne aflăm la masă este de natură să ne influențeze comportamentul. Astfel, chiar dacă am intenționa să mâncăm preparate mai „ușoare" – fie pentru a slăbi, fie pur și simplu din dorința de a avea o alimentație mai sănătoasă – presiunea psihologică și dorința de a urma „turma" sunt de natură să ne determine să optăm pentru produsele alese de ceilalți, chiar dacă ele au mult mai multe calorii și sunt nocive pentru sănătate.

„Am descoperit că indivizii tind să copieze alegerile alimentare ale colegilor și prietenilor aflați în cercul lor social, ceea ce ar putea să explice parțial de ce obezitatea se răspândește prin rețelele sociale, în special în America", spune expertul în politici de sănătate publică Douglas Levy, de la Spitalul General din Massachusetts.

Bărbații îndrăzneți, tați mai buni

O echipă de cercetători de la Universitatea Statului Ohio a ajuns la concluzia că trăsături precum competitivitatea și spiritul de aventură sunt în strânsă legătură cu abilitatea de a fi părinte.

Practic, bărbații îndrăzneți, aventuroși și dornici să-și asume riscul sunt tați mai buni decât ceilalți bărbați. Și, deși aceste trăsături sunt privite în zilele noastre drept „stereotipuri de modă veche", realitatea este că ele generează comportamente superioare de părinte, apreciază specialiștii.

„Este un lucru deosebit pentru familie dacă tații pot menține ce este mai bun din aceste caracteristici masculine stereotipale, fără a păstra însă și laturile negative ale masculinității, ca de pildă sexismul ostil", spune conducătoarea studiului, prof. Sarah Schoppe-Sullivan.

Conform abordărilor psihologice, printre trăsăturile specifice masculinității se numără competitivitatea, îndrăzneala, spiritul de aventură, dorința de a domina, agresivitatea, curajul și capacitatea de a rezista presiunilor. În cadrul studiului au fost examinate cupluri ai căror membri aveau un nivel educativ ridicat; soții au fost rugați să completeze chestionare încă din al treilea trimestru de sarcină al partenerelor lor, solicitându-le să-și încadreze pe o scară de patru puncte reunind cele șapte caracteristici masculine menționate mai sus.

De asemenea, chestionarul a cuprins întrebări legate de posibilele înclinații sexiste ale participanților la studiu. Rezultatele au relevat că bărbații care bifau cele mai multe puncte în privința caracteristicilor masculine și cele mai puține în ceea ce privește înclinațiile sexiste aveau să se dovedească și cei mai buni tați, interacționând mult mai ușor cu copiii lor și dovedind însușiri de părinte celorlalți voluntari participanți la studiu.

Savanții sunt de părere că motivul acestei legături este acela că bărbații „masculini" au tendința de a-și exhiba caracterul aventuros și în relațiile cu copiii lor, iar aceștia sunt încântați să aibă niște tați îndrăzneți și încearcă să se identifice cât mai bine cu ei.

Primul material plastic total degradabil

Precum se știe, majoritatea materialelor plastice din zilele noastre sunt fabricate dintr-un poliester numit acid polilactic sau PLA și nu se descompune cu ușurință. A fost inventat însă un material plastic biodegradabil, care se poate descompune total în doar câteva săptămâni, dacă este expus acțiunii apei sau luminii solare.

Secretul materialului, realizat în Statele Unite, constă în introducerea în poliester a unor enzime care „devorează" plasticul și sunt protejate de un înveliș special din polimeri. Când aceste materiale plastice sunt lăsate la soare sau ajung într-o apă curgătoare sau stătătoare (așa cum se întâmplă, din păcate, cu miliarde de ambalaje de plastic, din cauza lipsei de civilizație ecologică a unora dintre semenii noștri), enzimele sunt eliberate de învelișurile care se topesc și încep să descompună plasticul în părțile constituente. În cazul PLA, plasticul este redus de enzima proteinază K la acid lactic, substanță care poate fi folosită pentru a hrăni microbii din compost. Mai mult decât atât, materialele plastice acoperite cu enzima-minune nu produc, atunci când se descompun, poluanți microplastici, ci se degradează în molecule mici.

Revoluționara invenție a fost realizată de o echipă de cercetători și specialiști în ingineria materialelor și a mediului de la Universitatea California, Berkeley, sub conducerea profesorului Ting Xu.

„Enzima trebuie distribuită la nivel nanoscopic, pe întreaga suprafață a plasticului, astfel încât atunci când acesta este expus la apă sau lumină ultravioletă, să consume polimerii învecinați și să provoace dezintegrarea întregului material", spune Xu.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

SICARII, primii teroriști ai istoriei

În Ierusalimul secolului I al erei noastre, situația era foarte tulbure și încordată, degenerând în cele din urmă în faimoasa „revoltă evreiască", derulată între 66 și 73. Mișcarea de eliberare de sub dominația romană a fost condusă de gruparea radicală a zeloților, din care s-a desprins ulterior o facțiune și mai extremistă, sicarii.

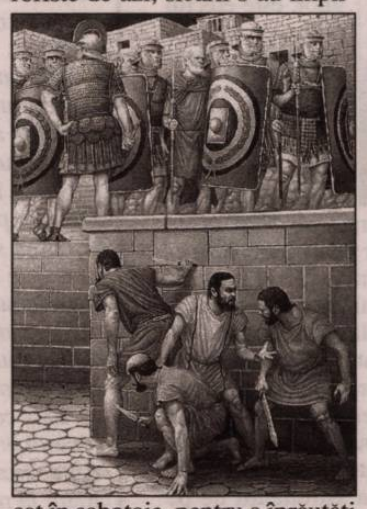
Metodele acesteia din urmă o caracterizează pe drept cuvânt drept prima formațiune teroristă cunoscută în istorie.

În latină, sicarios însemna „oameni cu pumnale" – iar denumirea a provenit de la cuțitele curbate, cunoscute ca „sicar" pe care indivizii le foloseau spre a-și asasina victimele. Scopul lor declarat era eliminarea romanilor și a evreilor colaboraționiști din Țara Sfântă.

Tactica favorită era să se infiltreze în mulțime, în timpul festivităților religioase, să asasineze ținta propusă și apoi să se piardă în haosul creat. Inițial, furia lor s-a îndreptat spre aristocrația iudaică pro-romană, pe care au considerat-o trădătoare. Domeniile și casele aristocraților evrei au fost arse, familiile lor asasinate sau luate ostatice, pentru recompense.

Printre cele mai de seamă victime ale sicarilor s-a numărat însuși Marele Preot al Templului, autoritatea religioasă supremă; după uciderea acestuia, sicarii au prins curaj și au început să atace elitele evreiești și romane. Victimele lor, în mod preponderent funcționari imperiali, erau alese special pentru a-i provoca pe romani.

La rândul lor, aceștia au ripostat dedându-se la masacrarea populației evreiești, bănuită că i-ar ajuta pe asasini. Acest răspuns brutal a menținut nemulțumirile și a aprins flacăra resentimentelor față de romani, oferind sicarilor o bază solidă de recrutare de noi adepți, din familiile celor care fuseseră uciși de romani. Adoptând o tactică folosită curent și de organizațiile teroriste de azi, sicarii s-au implicat în sabotaje, pentru a înrăutăți condițiile de trai ale populației și a spori ura față de romani.



Situația a ajuns la punctul culminant în 66, când guvernatorul roman a instituit noi taxe populației locale – împăratul Nero își propusese să reconstruiască Roma distrusă de un incendiu masiv și avea nevoie de fonduri exorbitante.

Evreii au protestat față de impozitele crâncene, iar guvernatorul a replicat arestându-i pe principalii lideri locali și jefuind tezaurul Templului. Acest lucru a declanșat o revoltă generalizată, care i-a forțat pe romani și pe regele-marionetă impus de aceștia să fugă din Iudeea. Sicarii au atacat și cucerit fortăreața Masada, din apropierea Mării Moarte, apoi au năvălit asupra enclavelor romane din regiune, ucigând sute de cetățeni romani, inclusiv femei și copii.

Spre sfârșitul aceluiași an, aliați cu zeloții și alte facțiuni rebele, sicarii au luat cu asalt Ierusalimul. Odată instalați la cârma orașului, ei s-au dedat unor masacre înfiorătoare, ucigând orice persoană bănuită măcar că ar fi colaborat cu romanii.

Extremismul lor criminal a provocat o nouă revoltă populară, la finalul căreia liderul sicarilor a fost capturat, torturat în mod sălbatic și executat, iar adepții lui au fost alungați din Ierusalim. Sicarii supraviețuitori s-au retras în fortăreața Masada. Aceasta avea să fie ultimul avanpost al rezistenței iudaice în fața contraofensivei romane.

Asediați în fortăreață, sicarii și-au ucis mai întâi familiile, după care și-au luat singuri viața, pentru a nu cădea vii în mâinile învingătorilor. Odată cu acest episod, bizara sectă a sicarilor avea să dispară pentru totdeauna din istorie.

Fotodocument

Prima bombă atomică sovietică

Pe 29 august 1949, Uniunea Sovietică efectua cu succes primul său test nuclear, numit codificat „RDS-1", în poligonul de la Semipalatinsk (astăzi în Kazahstan). Bomba atomică avea 22 de kilotone (prin comparație, bombele de la Hiroshima și Nagasaki au avut 12-15 kilotone). Nu este deloc o coincidență că RDS-1 semăna, cum putem vedea în imagine, extrem de mult cu „Băiețașul", bomba americană de la Hiroshima – sovieticii o copiaseră aproape perfect, grație informațiilor obținute de spionii lor.

„Puternicul Charley", regele canibalilor

În 1906, un marinar suedez a naufragiat în sud-vestul Pacificului și a fost dus de ape pe țărmurile unei insule populate de canibali – Tabar. În loc să sfârșească ucis și mâncat, el a fost tratat cu respect de conducătorul local; un respect reciproc, care s-a transformat în fascinație, astfel încât la puțină vreme liderul canibalilor de pe Tabar i-a oferit-o străinului cu piele albă pe fiica lui de soție.

La moartea lui, marinarul suedez a devenit rege al canibalilor – aceasta este, pe scurt, fabuloasa poveste a lui Carl Emil Pettersson, care a inspirat, într-un mod uimitor, una dintre cele mai faimoase povești moderne – „Pippi Șosețica".

Pettersson se născuse într-o mică așezare rurală de la nord de Stockholm, în 1875. În 1892, la 17 ani, el a urmat obiceiul local și s-a angajat marinar pe un vas comercial. Timp de un deceniu și jumătate, familia și cunoscuții n-au mai știut nimic de el, până când într-o zi mama lui, care se mutase la Stockholm, s-a trezit la ușă cu un Carl matur și cu multe povești de spus.

În perioada cât fusese plecat, Pettersson cunoscuse mai multe naufragii și accidente, dar scăpase de fiecare dată nevătămat. Cea mai dramatică întâmplare s-a produs în 1906, când nava lui a fost scufundată de furtună și el a reușit să ajungă, plutind în derivă, pe insula Tabar din arhipelagul Bismarck.

O insulă stăpânită de un trib de canibali condus de un anume rege Lamri. Pettersson l-a convins pe acesta că va deveni bogat dacă o să cultive pe insulă cocotieri și o să vândă nucile de cocos pe insulele vecine. Ceea ce s-a și întâmplat, iar drept răsplată regele i-a dat-o de soție pe fiica lui, prințesa Singdo Misse. Din mariajul celor doi se vor naște nu mai puțin de nouă copii. Când regele a murit, Petterson, care era numit de localnici „Puternicul Charley", a devenit noul suveran (va domni până la moartea lui, care l-a surprins în plină activitate creatoare, pe 12 mai 1937, la Sydney, Australia).

De-a lungul anilor, el a mai ajuns din când în când în Suedia, punând bazele unui productiv comerț cu nuci de cocos, produs exotic și foarte apreciat în țara scandinavă. Dar de fiecare dată s-a întors pe insulă, unde în 1913 a fost vizitat de un diplomat suedez, contele Brigen Moerner. Acesta a realizat o serie de fotografii cu insula, localnicii și familia „regelui Charley", care, după ce au fost publicate, l-au transformat pe marinarul Pettersson într-o veritabilă legendă.

O editură din Stockholm a avut ideea de a-i propune să-și scrie biografia, ceea ce Pettersson a făcut cu plăcere. A rezultat o carte, apărută în 1914, plină de aventuri cu pirați, rechini, naufragii și populații exotice, multe întâmplări fiind probabil exagerate, dacă nu cumva de-a dreptul inventate.

Cert este că peste câteva decenii pățaniile marinarului suedez au inspirat-o pe autoarea de cărți pentru copii Astrid Lindgren să creeze personajul Pippi Șosețica – la fel ca și Pettersson, tatăl lui Pippi ne este prezentat ca un aventurier neînfricat, care navighează în Mările Sudului și este ales rege al unei insule îndepărtate.

Astăzi în istorie

13 mai 1901

S-a născut Witold Pilecki

Născut în Karelia, pe atunci provincie a Imperiului Țarist, unde familia lui fusese exilată după eșecul insurecției poloneze din ianuarie 1863, Witold Pilecki s-a alăturat inițial unei grupări de rezistență lituaniene, care lupta împotriva oprimării rusești, apoi, în războiul sovieto-polonez din 1919-1920 a comandat o unitate de voluntari care s-a opus sovieticilor.

Mai târziu, s-a înrolat în armata regulată poloneză, luând parte la luptele de la Kiev, Varșovia și la eliberarea orașului Vilnius. De al Doilea Război Mondial se leagă una dintre cele mai îndrăznețe fapte de vitejie săvârșite vreodată – și al cărei protagonist a fost Pilecki.

El a acceptat să fie deportat, sub numele fals de Tomasz Serafinski, în lagărul de la Auschwitz, în 1940, iar aici a început să formeze o mișcare de rezistență, trimițând informații despre ororile comise în lagăr și confirmând că naziștii urmăreau exterminarea totală a evreilor. Totuși, deși au cunoscut adevărul în privința masacrelor comise de Hitler, aliații și în special Winston Churchill nu au făcut nimic pentru a împiedica aceste masacre.

În 1942, grupul lui Pilecki a aflat despre existența camerelor de gazare și a început să pună la punct planuri pentru eliberarea lagărului – inclusiv unul care implica bombardarea zidurilor și gardurilor de la Auschwitz de către aviația britanică și parașutarea de voluntari polonezi la sol, care să-i elibereze pe deținuți. În 1943, când a înțeles că aliații nu aveau de gând să intervină la Auschwitz, Pilecki a organizat o îndrăzneață evadare, împreună cu alți doi camarazi din rezistență. În 1944, Pilecki a fost capturat în urma insurecției de la Varșovia și și-a petrecut restul războiului într-un lagăr pentru prizonierii de război.

După eliberare, s-a alăturat în 1945 trupelor Poloniei Libere, în Italia, și a acceptat să fie trimis în Polonia ocupată deja de sovietici. Înverșunat anticomunist, Pilecki a fost prins de noul regim instalat la Varșovia, torturat și condamnat la moarte pentru spionaj, fiind executat pe 25 mai 1948.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

E bine de ştiut

Dacă obişnuiţi să alergaţi pe bandă la sală sau dacă vă place să faceţi mişcare în aer liber, aprovizionaţi-vă cu un kilogram de sfeclă roşie. Consumul de sfeclă roşie îmbunătăţeşte semnificativ performanţele sportive, ne asigură dr. nutriţionist Cristian Panaite. S-a desfăşurat un studiu recent pe această temă cu două grupuri mixte de bărbaţi şi femei şi s-a constatat că grupul care a primit sfeclă roşie a alergat mai repede, fără să se înregistreze însă modificări ale ritmului cardiac. Membrii acestui grup au şi raportat la final că se simt mai puţin obosiţi decât cei din grupul „placebo", care, deşi se aşteptau la îmbunătăţirea performanţelor în urma consumului de fructe de pădure, nu au resimţit aceleaşi beneficii.

O cantitate mică de suc de sfeclă le-a permis scafandrilor care practică scufundările libere (fără tub de oxigen) să îşi ţină respiraţia mai mult de 4 minute, sau cu aproximativ jumătate de minut mai mult decât de obicei. Şi alte studii au demonstrat că, în urma consumului de suc de sfeclă, creşte eficienţa musculară, ceea ce le permite sportivilor să îşi facă exerciţiile cu o intensitate sporită sau să alerge cu o viteză mai mare, folosind însă aceeaşi cantitate de oxigen. Cu alte cuvinte, sfecla i-a ajutat să facă performanţă fără costul oboselii. Deşi majoritatea cercetărilor au luat în calcul bărbaţii, studiile care au testat aceste teorii pe femei au ajuns la aceleaşi rezultate: sucul de sfeclă favorizează aceleaşi performanţe ca înainte, doar că prin mai puţin efort.

Responsabili pentru aceste performanţe sunt nitraţii, substanţe prezente în mod special în legumele cu frunze verzi şi în sfeclă, care desăvârşesc activitatea centralelor electrice din celulele noastre, reducând consumul de oxigen din timpul exerciţiilor fizice. Cercetătorii au ajuns la concluzia că, deşi suplimentele alimentare pot produce aceleaşi efecte pozitive, aceste surse non-vegetale de nitraţi au efecte dăunătoare asupra sănătăţii pe termen lung.

Dovezile copleşitoare pozitive vizează legumele în stare naturală. Deci, dacă vreţi să vă îmbunătăţiţi performanţele fizice sau dacă vă doriţi să vă bucuraţi de un tonus mai bun în general, luaţi-vă cantitatea necesară de nitraţi din legume. Mâncaţi salată de sfeclă roşie coaptă cu zeamă de lămâie sau supă-cremă de sfeclă fără adaos de ulei sau smântână, dar cu condimente din plin. Beţi un pahar cu suc de sfeclă şi morcov cu o oră înainte să vă începeţi exerciţiile!

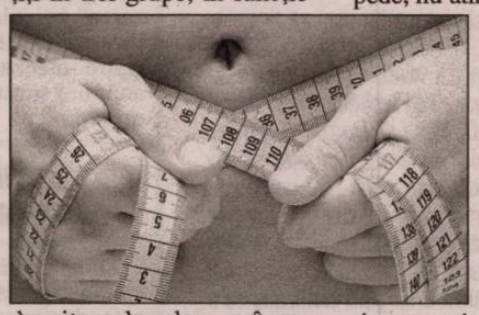
Sfecla roşie şi performanţele sportive

Lecţii de nutriţie

Riscurile mâncatului rapid

În cadrul uneia dintre ediţiile sesiunilor ştiinţifice pentru cercetători şi clinicieni organizate de American Heart Association, au fost prezentate concluziile preliminare ale unui studiu interesant. S-a demonstrat astfel că persoanele care mănâncă repede sunt mai susceptibile de a deveni obeze sau de a suferi de sindrom metabolic.

Cercetătorii au evaluat 642 de bărbaţi şi 441 de femei, cu vârsta medie de 51 de ani, care nu sufereau de sindrom metabolic în 2008, la începutul studiului ne precizează dr. nutriţionist Laura Ene. Participanţii au fost împărţiţi în trei grupe, în funcţie de viteza lor de a mânca: lent, normal sau rapid. După cinci ani, rezultatele au devenit elocvente: cei care mâncau rapid aveau o probabilitate de 11,5% de a dezvolta sindrom metabolic, vizibil mai mult decât cei care mâncau normal (6,5%) sau cei care mâncau încet (2,3%).



Sindromul metabolic nu este o boală în sine. Este un cumul de afecţiuni care, atunci când acţionează împreună, îşi sporesc puterea distructivă. Această condiţie apare atunci când vă confruntaţi cu trei dintre următorii factori de risc: obezitate abdominală, glicemie crescută, tensiune arterială crescută, trigliceridele crescute şi/sau colesterolul HDL scăzut. Dacă însumaţi cel puţin trei dintre manifestările care declanşează sindromul metabolic, riscul de a dezvolta boli cardiovasculare, diabet sau accident vascular cerebral creşte exponenţial. Aşadar, fiecare dintre bolile asociate cu sindromul metabolic sunt periculoase, însă împreună devin de-a dreptul ameninţătoare. Dar, să aflăm cum trebuie să mâncăm sănătos chiar dacă suntem mereu pe fugă!

Atunci când mâncaţi repede, nu atingeţi senzaţia de saţietate la momentul potrivit, deci consumaţi mai mult decât vă cere organismul. Asta duce la o fluctuaţie mare a glicemiei şi la insulinorezistenţă. Această condiţie se asociază cu sindromul metabolic. Practic, glucoza nu este absorbită eficient în celule şi se acumulează în sânge, deşi pancreasul secretă tot mai multă insulină. Cum pot fi prevenite astfel de situaţii?

Dacă mâncaţi repede ţineţi cont de aceste 3 sfaturi concrete!

1 ***Mâncaţi încet!*** Nu faceţi altceva în timp ce mâncaţi, daţi-vă voie să savuraţi mâncarea în tihnă. Bucuraţi-vă de fiecare gură de mâncare în parte, mestecând până se mărunţesc total alimentele şi abia apoi înghiţiţi-le. Efectele benefice vor apărea imediat: scăpaţi de senzaţia de „prea plin" şi veţi simţi saţietatea. Asta vă va da un sentiment de linişte şi împlinire... şi considerabil mai puţină frustrare. „Mâncând mai lent puteţi face o schimbare crucială în stilul de viaţă, ceea ce vă va ajuta la prevenirea sindromului metabolic", a declarat Takayuki Yamaji, unul dintre autorii studiului pe care l-am menţionat, cardiolog la Universitatea Hiroshima din Japonia.

2 ***Faceţi mişcare!*** Sindromul metabolic este strâns legat de greutatea în exces şi de lipsa de mişcare. Activitatea fizică este o schimbare pe care o puteţi face chiar de astăzi. Puteţi începe prin a merge cel puţin 10 minute pe jos, crescând treptat până ajungeţi la 30 de minute. Urcaţi scările în loc să luaţi liftul, faceţi câteva exerciţii uşoare în faţa televizorului, în timp ce urmăriţi emisiunea preferată. Evoluţia durabilă se produce cu paşi mici, dar siguri.

3 ***Consultaţi un medic!*** Nu în ultimul rând, dacă analizele sau centimetrul vă arată următoarele modificări, programaţi-vă la un medic specialist: glicemia peste 100, tensiunea peste 140 cu 90, trigliceridele şi colesterolul peste 200, circumferinţa abdominală mai mare decât jumătatea înălţimii. Cei mai afectaţi sunt cei cu grăsimea dispusă preponderent abdominal – peste 80-88 de centimetri în talie la femei şi peste 94-102 centimetri la bărbaţi.

Gastronomice

Ruladă aperitiv

500 g carne fiartă, 200 g unt, 6 ouă fierte tari, 1 gogoşar, pătrunjel verde.

Carnea se dă prin maşina de tocat şi se amestecă bine cu 100 g de unt. Din această compoziţie se face o foaie, ca la ruladă şi se întinde pe celofan. Cele 6 gălbenuşuri se freacă cu 100 g unt şi se întind peste foaia respectivă. Albuşurile fierte tari se taie pătrăţele mărunte şi se pun peste unt; gogoşarul se taie mărunt şi se pune peste albuş. Pătrunjelul se pune deasupra, apoi se rulează totul şi se lasă la rece cel puţin 2 ore.

Salată de spanac

600 g spanac, 3 castraveţi, 8 ridichi, o ceapă, 1 ardei gras, 250 g brânză, o ceaşcă sos de smântână, o legătură pătrunjel verde.

Spanacul se spală bine şi se taie fin. Castraveţii şi ridichiile se curăţă de coajă şi se taie rondele. Toate se pun într-un bol, se amestecă, se adaugă brânza rasă şi se toarnă sosul de smântână. Se decorează cu ardeiul tăiat fideluţă şi pătrunjel.

Macrou cu praz la cuptor

4 macrouri, 4 fire de praz, 2 ardei, 100 ml ulei, 2 linguri de bulion, mărar, busuioc, sare, piper.

Prazul şi ardeiul se curăţă şi se taie rondele, apoi se înăbuşe cu puţină apă. Se adaugă bulionul, sare, piper, busuioc şi mărar tocate mărunt. Peştele se curăţă şi se scurge bine de apă, apoi se freacă puţin cu sare şi un condiment. Se face un pat de legume într-o tavă potrivită, se aşază peştele deasupra şi se lasă la cuptor, la foc mic.

Sufleu de caramel

2 linguri coniac, 2 linguri apă, 200 g zahăr, esenţă de vanilie, 400 ml lapte, 100 ml frişcă, 4 ouă.

Se caramelizează 100 g de zahăr cu coniacul, apa şi se toarnă pe fundul a şase forme de sufleu. Formele se aşază în apă rece. Ouăle şi restul de zahăr se freacă bine, dar nu se bat spumă. Se amestecă bine cu crema obţinută din fierberea laptelui cu esenţa de vanilie şi frişca, apoi se strecoară printr-o sită fină în formele de sufleu. Acestea se acoperă cu folie de aluminiu şi se lasă la cuptor 60 minute, la foc mic.

Dosarele frumuseţii

Măşti pentru un ten luminos

O mască ce conferă luminozitate şi recomandată pentru un ten uscat poate fi preparată dintr-o lingură de smântână, o lingură de miere, o lingură de măr ras şi o linguriţă de ulei de migdale.

O mască antirid poate fi realizată dintr-un sfert de fruct de avocado şi câteva picături de ulei de migdale sau de ulei de măsline. Se aplică pe faţă, se lasă să acţioneze 15 minute, apoi se spală tenul cu apă călduţă. Avocado este foarte bogat în antioxidanţi şi acizi graşi esenţiali, care acţionează pentru diminuarea ridurilor.

Un ten gras sau mixt poate beneficia de efectele măştilor compuse dintr-o linguriţă de drojdie de bere, 7 linguriţe de iaurt, o linguriţă de ulei de măsline, o linguriţă de ulei esenţial de lămâie şi argilă.

Tenurilor sensibile li se recomandă măşti pe bază de ou. Se amestecă un gălbenuş de ou cu o linguriţă de ulei de jojoba, o linguriţă de miere, o picătură de ulei esenţial de muşeţel şi o linguriţă de lapte praf.

Pentru un ten normal specialiştii recomandă o mască pe bază de portocală şi argilă. Se omogenizează un ou, o linguriţă cu ulei de măsline, două linguriţe cu suc de portocale, o linguriţă cu miere şi argilă.

Pagina realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Suntem mai singuri decât am crezut

În ultimul timp au apărut mai multe lucrări care şi-au propus estimarea numărului de locuri în care ar putea exista viaţă şi inteligenţă în Univers. Rezultatele sunt mai pesimiste decât s-a crezut înainte.

Există aproximativ 100 până la 400 de miliarde de stele în galaxia noastră, Calea Lactee. Fiecare stea din cer găzduieşte probabil cel puţin o planetă. Telescopul spaţial Kepler al agenţiei spaţiale americane a petrecut nouă ani într-o misiune de vânătoare de planete, identificând cu succes mii de exoplanete din galaxia noastră. Conform unor estimări conservatoare, 7% din stelele asemănătoare Soarelui ar putea găzdui în preajma lor lumi locuibile. Dar rata ar putea fi şi mult mai mare.

Într-un articol publicat în noiembrie 2013, un grup de astronomi estimase că în galaxia noastră ar exista cam 11 miliarde de planete de tipul Pământului. Dar o altă estimare, făcută în noiembrie 2020 de NASA, a redus acest număr la doar 300 de milioane.

Povestea Universului

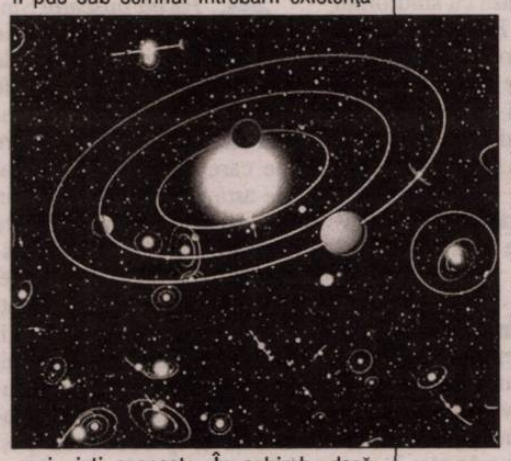
Oamenii de ştiinţă consideră, la ora actuală, că vârsta Universului observabil este de circa 13,8 miliarde de ani, socotiţi de la un faimos început, numit *„Big Bang”*. Din nori de hidrogen şi heliu s-au născut mai întâi stele de generaţia întâia, care şi-au terminat existenţa în explozii spectaculoase, creând totodată elemente chimice mai complexe. Au urmat stelele de generaţia a doua şi, după ce şi acestea şi-au trăit traiul, stele de generaţia a treia. Şansa că pe Pământ găsim practic toate elementele chimice din corpul uman, vine din faptul că Soarele este o asemenea stea de *generaţia a treia*.

Dar planeta noastră a beneficiat şi de nenumărate alte circumstanţe favorabile. Ea posedă o gravitaţie capabilă să reţină apa şi atmosfera (spre deosebire de ceea ce s-a petrecut cu vecina noastră, planeta Marte). Timp de peste 4 miliarde de ani, Pământul a rămas în interiorul „zonei locuibile circumstelare” (englezii îi mai spun *Goldilocks)*, având orbita foarte apropiată de un cerc, astfel încât pe suprafaţa sa a existat mereu apă lichidă, nici prea multă, nici prea puţină. (Spre deosebire de Venus, unde apa s-a evaporat treptat din cauza căldurii, planeta devenind un iad al efectului de seră). Dacă suprafaţa Pământului ar fi fost perfect netedă, ea ar fi fost complet acoperită de un ocean adânc de 2,7 km. Pentru comparaţie, Europa, un satelit al lui Jupiter, puţin mai mic decât Luna, este acoperit uniform, sub o crustă de gheaţă, de un ocean de apă lichidă adânc de 100 km.

În interiorul Pământului au existat suficiente elemente radioactive pentru a menţine o temperatură capabilă să producă, printre altele, tectonica plăcilor, deci să formeze munţi şi ţărmuri foarte lungi şi neregulate. A fost de asemenea importantă acea compoziţie specială a crustei care îi permitea să se îndoaie şi să se rupă. Ca rezultat al acestor condiţii, reunite, la ora actuală aproape 30% din suprafaţa Pământului este uscat, deci se află deasupra nivelului mării, o proporţie ideală între uscat şi ocean. În plus, continentele au o distribuţie echilibrată pe glob.

De asemenea, a fost esenţial faptul că ziua a avut 24 de ore, ceea ce a asigurat ca diferenţele de temperatură între zi şi noapte să fie rezonabile. La fel de importantă a fost şi înclinarea, de 230, a axei de rotaţie a Pământului, ceea ce a asigurat o succesiune benefică a anotimpurilor. În ambele cazuri, un rol important l-a avut satelitul nostru natural, cel mai mare din Sistemul Solar, raportat la planeta pe care o însoţeşte. Luna produce, între altele, maree importante în oceane, dar şi în scoarţa pământească. Acest „masaj” al crustei eliberează şi echilibrează, puţin câte puţin, energiile telurice, care altfel ar putea deveni devastatoare. De asemenea, fluxurile şi refluxurile produse de Lună au stabilizat şi au încetinit ritmul de rotaţie al Pământului.

La norocul nostru pare să fi contribuit şi planeta Jupiter, care, prin masa sa, de 318 ori mai mare decât cea a Pământului, a acţionat ca un „aspirator gravitaţional”, eliberând spaţiul din jurul nostru de mulţi asteroizi şi meteoriţi care altfel s-ar fi putut îndrepta către noi. Dacă Jupiter nu ar fi fost în poziţia sa actuală, numărul de asteroizi care cad pe Pământ putea să fi fost chiar şi de 10.000 de ori mai mare, ceea ce ar fi pus sub semnul întrebării existenţa



unei vieţi avansate. În schimb, dacă planetele gigant Jupiter şi Saturn ar fi fost mai mari, sau mai aproape de Soare, ele ar fi putut destabiliza şi chiar distruge Pământul.

Scutul furnizat de câmpul magnetic pământean, datorat miezului de fier şi nichel al planetei noastre, ne-a protejat de particulele cosmice periculoase. Un astfel de sistem de apărare nu se găseşte pe orice corp ceresc. Am beneficiat, de asemenea, şi de alte şanse, de exemplu, de faptul că nu au trecut prin zonă stele rătăcitoare care puteau perturba orbita Pământului, scoţând-o din zona favorabilă, sau de faptul că Soarele nu face parte dintr-un sistem dublu sau multiplu şi aşa mai departe.

Există, de asemenea, şi o „zonă galactică locuibilă”. Pământul se află într-o regiune cosmică mai liniştită, nici prea aproape de centrul galaxiei, unde exploziile violente ale unor supernove ar steriliza prea des planeta, interzicând sau încetinind evoluţia formelor de viaţă, dar nici prea departe, la periferie, unde nu există destule elemente grele pentru a se aglomera în planete de soiul Pământului.

Aceste condiţii fac din planeta noastră un loc *cu totul special*. Chiar dacă, teoretic, în Galaxie există multe planete de tipul Pământului, aşezate în clipa de faţă în *„Goldilocks”*, doar extrem de puţine au fost la fel de norocoase, timp de 4,5 miliarde de ani, neîntrerupt.

Într-o nouă lucrare, cercetătorii de la Oxford teoretizează că evoluţia pe Pământ de la Big Bang până în ziua actuală a implicat o serie de ceea ce ei numesc „tranziţii evolutive” care au fost ajutate de întâmplare. Acestea includ apariţia vieţii primitive din materia non-vie (cunoscută sub numele de abiogeneză), acum circa 4 miliarde de ani, viaţa eucariotă (cu celule care au un nucleu închis), în urmă cu aproximativ 1,8 miliarde de ani, apariţia reproducerii sexuale, acum 1,2 miliarde de ani, apoi a pluricelularelor şi a inteligenţei. Dacă viaţa inteligentă există pe alte planete, ar fi trebuit să fi trecut printr-o serie de tranziţii evolutive comparabile, dar procesul putea dura mai mult decât viaţa planetei. Caracterul acestor tranziţii, analizat statistic, sugerează o evoluţie extrem de norocoasă care ne-a dus la civilizaţia pământeană de astăzi.

Opinii pesimiste

Nu este imposibil deci să fim singurul loc în Galaxie în care s-a atins vreodată acest nivel. Aceasta este aşanumita „Ipoteză a Pământului Rar” emisă de *Peter D. Ward* şi *Donald Brownlee*. Astronomii *Guillermo Gonzalez* şi *Jay W. Richards* sunt chiar mai pesimişti. Ei au estimat că în galaxia noastră s-ar putea naşte doar 0,01 civilizaţii tehnologice, ceea ce înseamnă, spus mai clar, că există o singură civilizaţie ca a noastră la 100 de galaxii.

Desigur, ştim că în Universul nostru observabil sunt sute de miliarde de galaxii. E drept, nu toate galaxiile seamănă cu a noastră. O estimare spune că doar 2% din galaxii sunt suficient de „bogate în metale” pentru a asigura existenţa unor planete de tipul Pământului. Dar, chiar şi în varianta cea mai pesimistă, ar mai rămâne loc pentru vreo 20-30 de milioane de civilizaţii în Universul observabil, deşi biologul evoluţionist american *Stephen Jay Gould* opina că, dacă ar fi reluată evoluţia vieţii pe Pământ, „ar fi o şansă foarte mică să mai apară ceva de genul inteligenţei umane”.

Dar marile obstacole s-ar putea afla şi în viitorul nostru. Profesorul *Brian Cox* crede că progresele în ştiinţă şi inginerie duc în cele din urmă la distrugerea civilizaţiilor. El a spus că o lume care are puterea de a se distruge are nevoie de soluţii globale de colaborare pentru a preveni acest lucru. Un studiu, publicat pe 14 decembrie 2020, în baza de date *arXiv*, care a folosit astronomia modernă şi modelarea statistică, consideră că majoritatea civilizaţiilor extraterestre care ne-au punctat vreodată galaxia s-au sinucis deja. Iar civilizaţiile supravieţuitoare sunt prea departe unele de altele, în spaţiu, dar şi în timp, pentru a putea comunica între ele.

E drept, unii îşi mai amintesc şi de aşa-numita ipoteză a „grădinii zoologice”, care susţine că viaţa extraterestră inteligentă este aici, dar evită în mod deliberat orice contact cu viaţa de pe Pământ pentru a permite evoluţia sa naturală. Păcat însă că nimeni nu îndrăzneşte să gândească şi ceva mai departe, la faptul că civilizaţiile supravieţuitoare foarte vechi vor poseda obligatoriu şi o ştiinţă care nu se compară cu a noastră, iar dacă Pământul e atât de „rar”, vor fi ştiind să ne preţuiască aşa cum se cuvine.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

„Războiul” nelumesc al sexelor

Nimic vulgar, nimic amuzant ori pseudometaforic în subiectul abordat mai jos! În anumite locuri de pe planeta noastră se petrec lucruri stranii, aparent inexplicabile, în legătură cu procesul natural de sexualizare anatomică şi fiziologică a unor oameni.

Iar aceasta nu are de-a face cu dramatica transformare a unor specii animale, sub acelaşi aspect, din cauza poluării (a se vedea cazul urşilor polari), nici cu „feminizarea” băieţilor şi „masculinizarea” fetelor în zone terestre afectate puternic de anumite substanţe şi reziduri chimice.

Satul unde nu se nasc băieţi

Poate că într-o ţară săracă din „lumea a treia”, sufocată de invazia multinaţionalelor înfometate de materii prime curate, ar exista o nuanţă de explicaţie, însă cazul de faţă este chiar foarte apropiat de ţara noastră; el se referă la satul Miejsce Odrzanskie din Polonia.

O situaţie incredibilă, unică în lume: în ultimii zece ani, aici nu s-au mai născut băieţi. Desigur, oamenii de ştiinţă cercetează fenomenul şi s-a ajuns chiar până într-acolo, încât primăria locală a promis o recompensă familiei care va aduce pe lume un nou-născut de sex bărbătesc, după atâta vreme.

Mai mult, cuplurilor fertile li se sugerează să aibă cât mai mulţi copii, dar cei care deja au câte două fete nu îndrăznesc să-şi asume acest neobişnuit „risc”.

Experţii invocă o posibilă coincidenţă (!?), în timp ce mulţi localnici suspectează calitatea apei şi substanţele chimice infiltrate în sol. Totuşi, deasupra fabulaţiilor de duzină şi a consideraţiilor anecdotice, planează umbra unui fel de feminism extremist absolut sinistru.

În esenţă, acesta pretinde că „lumea ar putea fi populată exclusiv de femei”. Autoarea feministă Germaine Greer afirmă categoric că... bărbaţii sunt inutili: „O societate poate supravieţui cu un singur bărbat, dar va dispărea fără femei”.

Asemenea teorii cu evidente accente evocatoare ale unor regimuri asasine emit şi unii oameni de ştiinţă. Profesorul de biologie Greg Hampikian e convins că „dacă toţi masculii ar muri deseară, speciile ar putea supravieţui datorită spermei congelate; dacă femelele ar dispărea, asta ar însemna extincţia”.

Iar antropologul Melvyn Konner îndrăzneşte să lanseze şi el o provocare: „Maşinile şi roboţii au înlocuit muşchii bărbatului, iar o femeie poate pilota avioane de vânătoare şi elicoptere.” Idei care poate că nu ar avea nevoie de (alte) comentarii decât de înţeleptul avertisment: „Ai grijă ce-ţi doreşti: s-ar putea chiar să se întâmple!”

Când fetele devin băieţi...

Un sat izolat din Republica Dominicană a devenit cunoscut în toată lumea pentru o anomalie cel puţin suspectă. În Salinas – cum se numeşte localitatea – o parte din fetele ajunse la pubertate, în preajma vârstei de 12 ani, încep să dezvolte caractere sexuale anatomice masculine.

Incredibilul fenomen a reprezentat subiectul unui documentar de senzaţie realizat de prestigiosul post BBC. În cadrul acestuia s-a făcut referire la o maladie genetică rarisimă supranumită de dominicani „Guevedoces”, ceea ce traduce chiar elementul esenţial al respectivei metamorfozări. Dar pe măsura dramatismului situaţiei trăite de micile victime este şi explicaţia fenomenului.

Cercetările medicale au arătat despre copiii respectivi că la naştere au cromozomi XY, dar nu au organe genitale masculine vizibile, din cauza carenţei unei enzime responsabile cu această dezvoltare anatomică. De aceea, ei au în primii ani de viaţă aparenţă fizică feminină.

Lucru ce se schimbă la pubertate, odată cu al doilea puseu de testosteron, când într-un anume fel intră în trupul fizic şi în identitatea lor sexuală reală. Fără îndoială toată această situaţie halucinantă conturează destine umane cumplite, însă descoperirea maladiei a dus la producerea unui medicament cu care se tratează hipertrofia prostatei – un veritabil flagel în rândul multor bărbaţi.

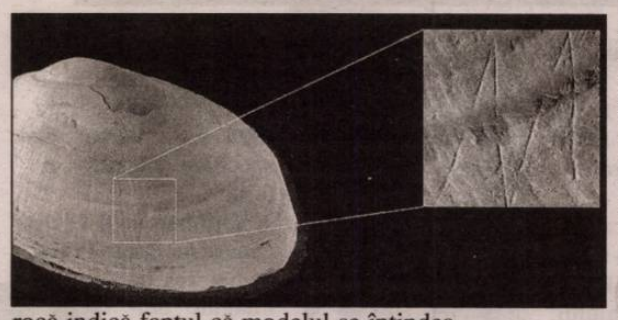
La scară mondială, doar câteva sate din Papua-Noua-Guineea cunosc acelaşi fenomen. Însă, dacă în Salinas transformarea de la 12 ani constituie prilejul unor ceremonii vesele, nefericiţii papuaşi numiţi „Turnimi” („cei care vor deveni bărbaţi”) sunt renegaţi de familiile lor şi de întreaga societate!

Tipologiile descrise mai sus, dar şi altele, ţinute bine ascunse de public, amintesc de diabolicele experimente naziste, în parte reuşite, efectuate tot pe copii şi pe femei însărcinate, în urma cărora s-au „fabricat” un fel de gemeni artificiali. Or, nebunia scăpată de sub control a unor savanţi ar trebui să amintească lumii că – totuşi! – omul nu este Creatorul!

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Prima „operă de artă” creată de om

În septembrie 2018, cele mai vechi desene rupestre înregistrate vreodată au fost găsite în peştera Blombos, la circa 320 de kilometri est de Cape Town, Africa de Sud.



Aceasta se situează la 35 de metri deasupra nivelului mării şi are suprafaţa de numai 55 m². A fost folosit ca adăpost şi spaţiu de locuit temporar de către grupurile de vânători culegători: petreceau o săptămână sau două acolo, apoi mergeau mai departe, în căutarea hranei.

Începuturile gândirii abstracte

Create în urmă cu aproximativ 73.000 de ani, aceste simple semne încrucişate gravate în ocru, ca un fel de „diez” primitiv, depăşesc estimările anterioare cu mai mult de 30.000 de ani. Desenul se compune dintr-un set de şase linii drepte paralele traversate oblic de trei linii uşor curbate.

O linie se suprapune parţial pe marginea unei cicatrici incizii ce a „muşcat” o aşchie din piatră, ceea ce sugerează că a fost făcut după ce fragmentul respectiv a fost detaşat. Terminarea bruscă a tuturor liniilor de pe marginile fragmentelor de rocă indică faptul că modelul se întindea iniţial pe o suprafaţă mai mare. Deci, modelul a fost probabil mai complex şi cu o structură totală mai amplă.

Descoperirea din peştera sud-africană a schimbat gândirea oamenilor de ştiinţă despre momentul în care strămoşii noştri au început să deseneze. Totuşi, cea mai veche „exprimare” pseudoartistică (nu se poate vorbi despre artă autentică la hominizii de acum sute de mii de ani!) este mult mai veche: o incizie în zigzag repetat, executată pe cochilia unei scoici de apă dulce, găsită în Trinil, Java, într-un strat preistoric datat la circa 540.000 de ani!

În ceea ce priveşte desenele, recent s-a sugerat că reprezentările pictate în trei peşteri din Peninsula Iberică au o vechime de 64.000 de ani, fiind realizate de neanderthalieni. Deci, desenul pe aşchia de piatră din Blombos este cel mai vechi desen al unui Homo sapiens găsit vreodată.

Contemporanii noştri... de acum 100.000 de ani

Deşi, aşa cum am arătat mai sus, nu se poate vorbi chiar despre artă, exprimările grafice respective relevă un anumit mod de a recepta şi a înţelege lumea înconjurătoare de către strămoşii foarte îndepărtaţi ai omului modern.

Prezenţa unor modele similare haşurate cu ocru, găsite în acelaşi strat mineral arheologic şi pe niveluri mai vechi, sugerează că modelul în cauză a fost reprodus cu diferite tehnici pe diferite suporturi. Este ceea ce ne-am aştepta să găsim într-o societate cu un sistem simbolic încorporat în diferite categorii de artefacte.

Cu siguranţă, se poate vorbi despre un desen abstract; aproape sigur avea o anumită semnificaţie pentru creator şi probabil făcea parte din sistemul simbolic comun înţeles de alte persoane din comunitatea lui. De asemenea, e o dovadă a capacităţii primilor oameni de a stoca informaţii în afara creierului uman. Iar acei oameni – nu trebuie uitat – erau vânători-culegători, care trăiau în grupuri între 20 şi 40 de persoane. Fără niciun fel de exagerare, ei se comportau, în esenţă, la fel ca noi. Au reuşit să producă şi să utilizeze cultura materială simbolică pentru a-şi media comportamentul, aşa cum facem noi. Aveau, de asemenea, un limbaj sintactic, esenţial pentru a transmite semnificaţii simbolice în cadrul şi între grupurile de vânători din sudul Africii, în acel moment.

În straturile mai vechi din Blombos (100.000 de ani), s-a descoperit un set complet de instrumente constând din două cochilii de scoici umplute cu o substanţă bogată în ocru (vopsea roşie) şi toate artefactele asociate fabricării acesteia, inclusiv un os de focă folosit pentru a adăuga grăsime la amestec. Această descoperire demonstrează că strămoşii noştri timpurii ştiau să prepare vopsea în vremuri imemoriale!

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

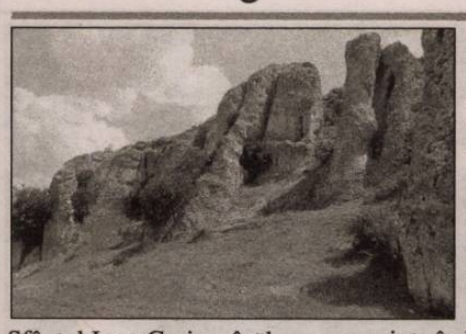
100 *de locuri de văzut în România*

Peştera Casian din Dobrogea

Aflată la circa 55 km nord de Constanţa, peştera Casian reprezintă o destinaţie pitorească şi necesară nu doar pentru turiştii amatori de drumeţie şi dornici de a-şi încărca bateriile în sânul naturii, ci şi pentru cei care simt nevoia unui respiro spiritual, departe de frământările şi stresul lumii moderne.

Fiindcă nu departe de peşteră se află mănăstirea Casian se face prin intermediul unei scări metalice.

Peştera este spaţioasă, alungită şi are numeroase firide laterale. Dincolo de sala de intrare se desprind două galerii scurte şi înalte, care păstrează încă bine urmele etapelor prin care a trecut săparea naturală a acestei cavităţi, anume întâi o excavare a rocii de calcar prin săpare sub presiune (frumoase cupole şi marmite), apoi o fază de curgere cu nivel liber (nivele de eroziune bine dezvoltate) şi de concreţionare.



Pe drumul dintre mănăstire şi peşteră, călătorii vor întâlni aşa-numita „Stâncă a Sfântului”, descoperită în 1912 de renumitul arheolog Vasile Pârvan. Pe ea stau inscripţionate câteva cuvinte în limba greacă – „Hotarele Casienilor şi Peşteruca”.

Sfântul Ioan Casian, înălţată pe locul unde cu sute de ani în urmă au propovăduit unii dintre primii creştini de pe plaiurile româneşti. La peşteră se ajunge urmând şoseaua Constanţa – Tulcea, prin localitatea Cheia, apoi străbătând un drum pietruit de circa 3 km.

Până la peşteră, peisajele sunt mirifice şi ne reamintesc de transformările spectaculoase ale reliefului, petrecute aici de-a lungul milioanelor de ani – nu uitaţi că Dobrogea este cel mai vechi pământ românesc, iar munţii Măcinului erau înalţi şi semeţi când Carpaţii încă nu se formaseră. Intrarea în Peştera

La început, peştera a fost folosită drept chilie de sihaştrii din ţinutul Casienilor. Treptat, a fost amenajată ca spaţiu de slujire liturgică. Prin două trepte săpate în calcar, grota este compartimentată asemenea spaţiului bisericesc. Zidurile peşterii de calcar lucios mai păstrează încă urme de inscripţii, câteva litere din cuvinte şterse sunt incizate în peretele calcaros. Dintr-o inscripţie se mai distinge cuvântul „sfânt”.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

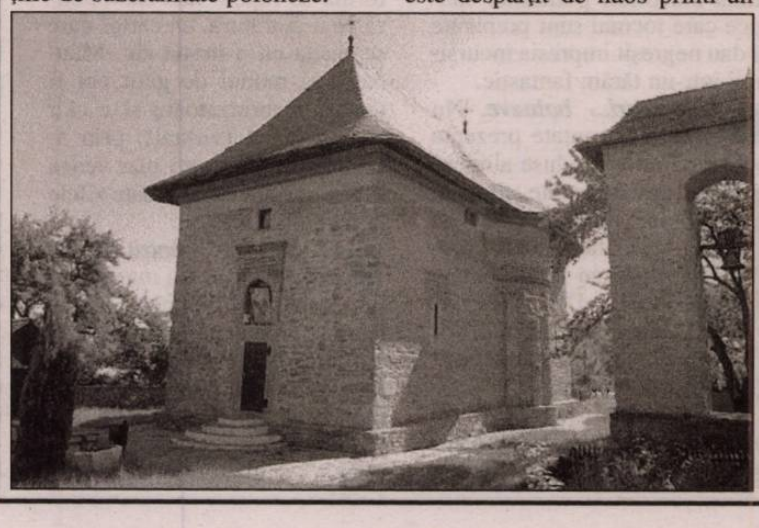
Biserica Sfânta Treime – Siret

Aflat în judeţul Suceava, oraşul Siret are o istorie încărcată de evenimente, fiind contemporan, ca dată de întemeiere, cu Baia şi Rădăuţi. Atestat documentar din 1340, dar, cu siguranţă, mai vechi, este reşedinţă domnească între 1365-1388, perioadă în care, după unii cercetători a fost ridicată Biserica Sfânta Treime. Una dintre cele mai vechi biserici din ţara noastră, aceasta a fost înălţată din piatră brută servind, probabil, drept paraclis al Curţii Domneşti.

Se consideră că a fost ridicată înainte de 1365 de Sas Voievod, între 1354-1358, deşi specialiştii susţin că este ctitorie a lui Petru I Muşat, construită între 1374-1391. Fiind biserică ortodoxă se considera o revanşă faţă de influenţa catolică din zonă, influenţă care masca pretenţiile de suzeranitate poloneze.

Cu toate că a suferit multe modificări mai ales în interior, ea are o indiscutabilă valoare istorică şi documentar-arhitectonică fiind prima manifestare a planului triconc în Moldova şi reprezentând prototipul din care s-a dezvoltat stilul moldovenesc în epoca lui Ştefan cel Mare. Biserica din piatră brută are paramentul firidelor şi un brâu zimţat din cărămidă simplă şi ornamente din cărămidă smălţuită. Planul bisericii aminteşte atât de cel morav-sârbesc, dar şi de bisericile munteneşti.

Biserica prezintă un pronaos scurt şi un naos prelungit încadrat de două abside laterale şi de absida altarului. Vechiul iconostas a fost lucrat în 1841 de negustorul Panait Goraş. Pronaosul este despărţit de naos printr-un zid gros în mijlocul căruia se află o uşă arcuită, mică şi prezintă o fereastră pe latura sudică. În naos există alte două ferestre pe o parte şi pe cealaltă şi este acoperit cu o cupolă sprijinită pe arce semicilindrice. Este cu o treaptă mai jos decât pronaosul iar altarul cu o treaptă mai sus decât naosul. Altarul are o formă semicirculară şi este luminat de trei ferestre. Toate ferestrele sunt alungite, cu ancadramente de piatră cioplită.



Biserica nu a fost pictată niciodată iar iconostasul din 1841 a fost înlocuit cu unul nou în 1995, confecţionat din lemn de stejar de meşterul popular Vasile Găman din satul Nemţişor (judeţul Neamţ). Este lipsită de turlă iar acoperişul, construit în patru ape se sprijină pe o cornişă din cărămidă aparentă. Aşezământul deţine şi câteva lespezi funerare, remarcabilă fiind una cu decoraţii de inspiraţie orientală şi gotică.

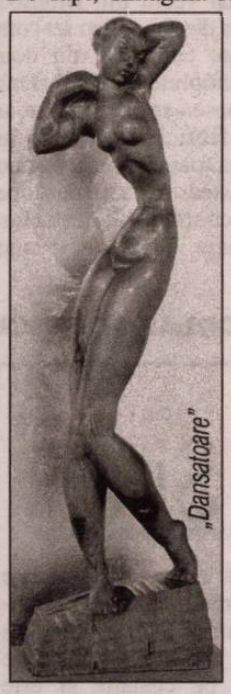
Întreaga construcţie a fost reparată în 1873 iar acoperişul de şindrilă a fost înlocuit cu unul din olane în 1890. Între 1932-1940 a avut loc o restaurare importantă, lucrările prin care s-a redat monumentului aspectul iniţial fiind conduse de arhitectul Horia Teodoru. Cu acest prilej au fost salvate stranele vechi şi s-au completat lipsurile ceramicei de pe faţadă cu elemente de teracotă.

IRINA STOICA

Farmecul discret al suferinţei

Arnold Chencinski, un sculptor român de o factură aparte, având puţine lucrări la activ, astăzi prea puţin cunoscut, face parte din acea categorie de artişti care îşi pot revendica atât originea personală, cât şi sursele esenţiale de inspiraţie, dintr-un veritabil univers planetar.

Născut în anul 1900 în actualul judeţ Bistriţa-Năsăud, la Prundu Bârgăului, el a adoptat, ca pseudonim artistic, o interesantă autodefinire cumva „occidentalizată" prin chiar numele localităţii de baştină: *Borgo Prund*. De fapt, sintagma respectivă nu e cea mai importantă, căci amprenta asupra lucrărilor acestui sculptor indică un spaţiu incredibil de vast, ce conferă de altfel valoarea sa reală.



„Dansatoare"

Este necesară o scurtă referire explicită la identitatea acestuia, fiindcă ea contribuie exact la conturarea universalităţii artei sale. Aşadar, român prin locul naşterii şi prin numele de artist adoptat, germanul (după unele prezentări oficiale) Arnold Chencinski ar fi fost de fapt fiul unor evrei polonezi stabiliţi pe meleaguri bistriţene.

Important rămâne totuşi faptul că specificul acestor locuri a impregnat, la propriu, trăsături definitorii realizărilor sale artistice, focalizate, fără niciun fel de îndoială, către stilul şi direcţionarea mesajului, de data aceasta spiritual, către nume uriaşe: Dimitrie Paciurea şi Corneliu Medrea.

Îi vom spune Borgo Prund. Acesta a studiat la Şcoala de Arte Frumoase din Bucureşti între anii 1923-1928, în atelierul lui Dimitrie Paciurea. În perioada următoare, s-a remarcat prin participări la expoziţii de grup şi personale, organizate la Bucureşti şi Cluj. În urma acestora Corneliu Medrea l-a cooptat în echipa care trebuia să decoreze Pavilionul României din cadrul Expoziţiei Internaţionale de la Paris (1937) şi New York (1939-1940). După cel de-Al Doilea Război Mondial, s-a stabilit definitiv în Argentina, apoi în SUA. Totuşi, indiferent de amănuntele biografice care l-au determinat să se apropie ori să se îndepărteze în secolul următor că un tunel lega acest loc de castelul împăratului Rudolf al II-lea, un celebru alchimist. Multe evenimente intrate în legendă au avut loc în această clădire!

„Bust de bărbat cu şarpe"

Astăzi, vizitatorii pot cumpăra un elixir de dragoste care să-i protejeze de sindromul „inimii frânte". Locul întunecat, răcoros şi fundalul sonor ce imită clocotitul poţiunilor magice care tocmai sunt preparate şi dau negreşit impresia incursiunii într-un tărâm fantastic.

„Coborârea de pe cruce"

Mâncăruri... bolnave. Nu că ar fi o noutate prezenţa publică a unor produse alimentare învechite, alterate, dar adunarea lor în „galantarele" unui muzeu e cu totul neobişnuită. Din fericire, Muzeul anomaliilor alimentare este accesibil doar pe net.

Mai degrabă amuzant, acesta de fapt compilează descoperirile de o anume intensitate a trăirilor estetice, în creaţiile sale de referinţă se remarcă cele specifice originilor autorului.

Oriunde ar fi căutat numele lui Borgo Prund, ca un fel de imagine emblematică a sa apare sculptura în bronz „Bust de bărbat cu şarpe". Un chip de om – mai mult decât probabil, o ipostază a unui Adam chinuit de culpabilitatea păcatului originar – este dublat de contorsionarea, în acelaşi registru, a unei mâini care încearcă să smulgă din încleştare simbolul suprem al Răului – şarpele aflat în plin atac.

Deşi în aparenţă redusă dimensional ca imagine, scena capătă dimensiuni gigantice prin sens, traducând în chipul suferinţei întreg calvarul îndurat de om de-a lungul timpului, în înfruntarea forţelor malefice potrivnice luminii şi Binelui suprem, divin.

Studiind toate creaţiile lui Chencinski-Borgo Prund, vom identifica între detaliile principale ale mesajului aceeaşi idee de suferinţă ce prefigurează condiţia izbânzii finale sau, în sens general uman, condiţia mântuirii sufletului. Trupul – da – este supus permanent unor torsiuni şi contorsionări cumplite, dar tocmai pentru faptul că sublimul se naşte din durere, el trebuie să treacă prin purgatoriul pământescului efemer.

„Pereche"

O arată din plin sculptura în lemn „Dansatoare", în care elementul feminin definitoriu la care ne-am aştepta, aparent nu-şi găseşte locul cuvenit. Femeia în care ne aşteptăm să (re)găsim graţia şi chemarea insidioasă a unduirii sub chemarea armoniilor muzicale, această efigie a frumuseţii supreme se supune şi ea legilor teluricului, devenind un cor serpentiform, curburile sale nu mai emană seducţie, ci şochează prin duritatea forţei realmente masculine şi parcă provocatoare la o confruntare fizică.

Nu în ultimul rând, remarcăm la Chencinski un mic (?) detaliu ce ne poate intriga. Chiar şi la „Maternitate", la „Pieta" sau la „Coborârea de pe cruce", personajele sunt prezentate cu fizionomia curioasă a unor orientali cu ochii migdalaţi – detaliu ce poate exprima o viziune artistică aparte, cu totul originală, asupra universalităţii indiscutabile a valorilor umane. Or, în ţinuturile sale natale, cu siguranţă Borgo Prund a putut avea măcar viziunea acestei lumi din care întunericul a fost alungat, pentru a face loc iubirii.

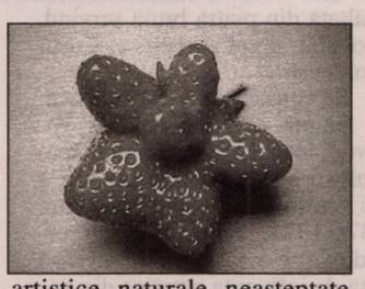
„Maternitate"

Vitrine insolite

Pretutindeni în lume, în metropole, în oraşe obişnuite, în sate, pot fi vizitate muzee, colecţii şi alte asemenea obiective, dintre care unele prezintă exponate cu totul neobişnuite.

Alchimia ţinută sub control. Magia transformărilor imposibile ale materiei, vizate de căutări derulate cu înverşunare de unii chimişti temerari înconjuraţi de aure de vrăjitori, a fost temeinic „dresată" şi pusă într-un muzeu amenajat în una dintre cele mai vechi case din Praga, capitala Cehiei.

În secolul al XV-lea, aici se vindeau poţiuni. S-a descoperit



artistice naturale neaşteptate făcute de internauţi: un măr în formă de raţă, o faţă zâmbitoare pe o murătură, un cartof care seamănă cu o inimă etc. Mâncarea şi modul de gătit pot fi uneori surprinzătoare şi e clar că, navigând (virtual!) prin acest muzeu, nu veţi mai vedea hrana noastră cea de toate zilele la fel ca înainte.

O „frizerie" pentru peluza voastră! Muzeul maşinii de tuns iarba din Southport, Anglia conţine o colecţie impresionantă, care se întinde de la revoluţia industrială din 1799 până în prezent; aproape 600 de piese. Printre aceste piese excepţionale se numără şi maşinile de tuns iarba ale unor personalităţi de notorietate mondială, ca prinţul Charles!

Vedem şi modele construite de firme importante, precum Rolls Royce şi Daimler. În plus, tot aici poate fi urmărită o competiţie deloc obişnuită: curse de tuns iarba. Nu tocmai demne de formula 1, însă aproape la fel de palpitante!

Din dragoste pentru o femeie. Avanos, un orăşel din Cappadocia, este renumit pentru ceramica roşie lucrată de meşteri greu de egalat, o tradiţie care datează de mii de ani. Totuşi, la subsolul unuia dintre magazine se află o cu totul altă atracţie: o încăpere ca o peşteră plină cu şuviţe de păr de la peste 16.000 de femei din întreaga lume, alături de scurte note cu numele şi informaţiile de contact ale donatoarelor.

Însă, în spatele insolitului loc se află o poveste tulburătoare. Olarul Galip Körükçü (care deţine magazinul la etaj) a trebuit să-şi ia rămas bun de la o prietenă foarte dragă. Deoarece separarea lor era foarte tristă, prietena şi-a tăiat o şuviţă de păr şi i-a lăsat-o ca amintire.

Astfel, fiecare femeie care a auzit trista poveste i-a oferit lui Galip câte o şuviţă de păr. După circa 38 de ani, muzeul a adunat destul de multe şuviţe de păr de diferite culori, toate donate unui bărbat care a fost cândva foarte trist să se despartă de un prieten drag.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Știați că...

◆ ...libelula are șase picioare?

Cu toate acestea nu poate merge.

◆ ...egiptenii antici aveau un panteon sacru deosebit de bogat? Se închinau la peste 1.400 de zei și zeițe.

◆ ...o stridie produce o perlă de

dimensiuni mijlocii în cinci ani?

◆ ...s-a calculat că în ultimii 3.500 de ani în lumea civilizată perioadele de pace au fost destul de scurte? S-a apreciat că aceste perioade puse cap la cap însumează doar 280 de ani.

◆ ...ascensorul a fost inventat în 1853 de Elisha Otis? A

fost instalat pentru uz public în 1857 în New York.

◆ ...penicilina, primul antibiotic, a fost descoperită de bacteriologul scoțian Alexander Fleming? Evenimentul s-a petrecut în 1928.

◆ ...rechinii sunt imuni la toate

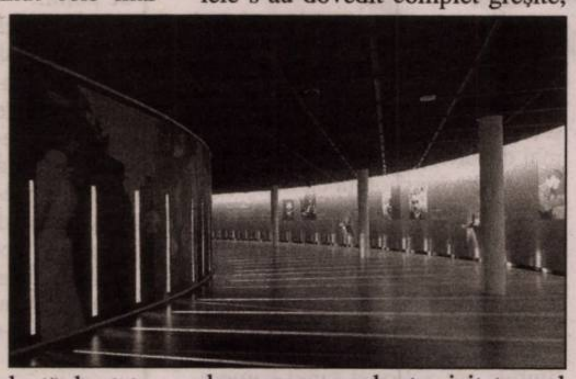
tipurile de boli cunoscute?

Știați că...

Omagiu lui Van Gogh

Alături de Rijkmuseum și de Casa Rembrandt, de Oude Kerk și de Palatul Regal, de canalele cu apă limpede și de mulțimea bicicletelor, Muzeul Van Gogh este unul dintre simbolurile orașului Amsterdam.

Despre marele pictor se spun o mulțime de povești incredibile dar ceea ce se știe sigur este că întreaga viață n-a reușit să vândă decât un singur tablou. De aceea n-a lăsat niciun testament iar surorile sale au hotărât ca operele artistului să rămână fratelui lor, Theo, care se îngrijise de Vincent în timpul vieții acestuia. Din nefericire Theo s-a stins și el după numai șase luni iar moștenirea a revenit soției sale Johanna. Aceasta a vândut o parte dintre tablouri dar a menținut cele mai multe dintre ele alcătuind o întreagă colecție privată. Aceasta a fost moștenită de fiul ei, Vincent Willem van Gogh în 1925 care a depus-o în sălile închiriate din Stedehjk Museum din Amsterdam. Colecția a fost expusă aici până în 1962 când a fost preluată de stat.



Înființarea noului muzeu a fost decisă în același an la inițiativa fiului lui Theo. Construcția a început în 1963 după proiectul lui Gert Rietveld care era însărcinat și cu coordonarea lucrărilor. După moartea acestuia în 1964 toate sarcinile au fost preluate de Van Dilen care însă s-a stins și el în 1966. Construcția a fost finalizată de J. Van Tricht și inaugurată la 20 iunie 1973 când Vincent Willem a tăiat panglica.

Clădirea a fost considerată un elogiu adus lui Van Gogh apreciindu-se că va fi vizitată de circa 60.000 de persoane pe an. Calculele s-au dovedit complet greșite, deoarece muzeul este vizitat anual de peste un milion de amatori de artă, fiind unul dintre cele mai vizitate muzee din lume. Înainte de pandemie numărul vizitatorilor a depășit două milioane.

Muzeul este alcătuit din două clădiri: una care poartă numele lui Ritveld și o alta, numită Kurokawa, după numele celui care a desenat-o. Prima găzduiește expozițiile permanente iar a doua pe cele temporare. Între 1998-1999 prima clădire a fost renovată de arhitectul olandez Martien van Goor iar aripa japonezului Kisho Kurokawa a fost adăugată în 2012, când muzeul a fost închis șase luni.

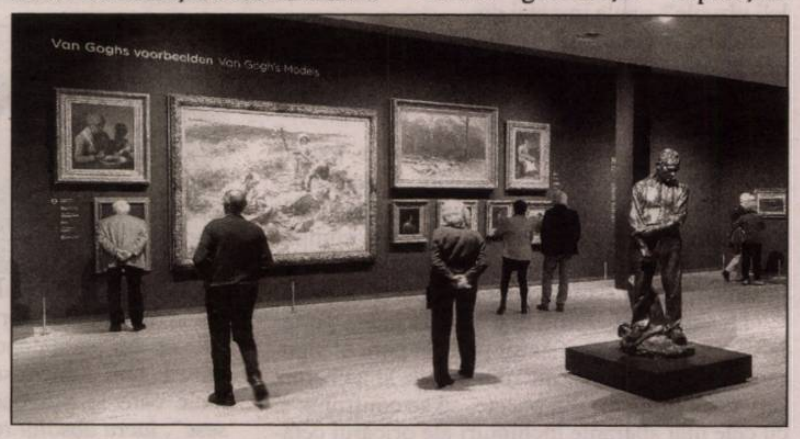
Intrarea în această nouă aripă se face printr-un tunel care pornește din clădirea Rietveld. Întregul muzeu pare învăluit în nuanțe omogene de gri și spațiile interioare sunt mari și luminoase.

La parterul primei clădiri se află un magazin și o cofetărie, la primul nivel sunt expuse operele lui Van Gogh iar la etajul al treilea pot fi admirate opere ale marilor artiști ai secolului al XX-lea: Paul Gauguin, Claude Monet, Paul Signac, Auguste Rodin, Pablo Picasso. La etajul al doilea a fost deschisă o sală de proiecții și consultare.

Muzeul este practic unul al postimpresionismului, curent din care făcea parte Van Gogh. Din întreaga creație a acestuia deține peste 200 de picturi, peste 1.000 de desene, zeci de stampe, patru albume și circa 750 de scrisori trimise sau primite de el.

Sunt prezente aici pânze din toate perioadele de creație ale marelui pictor, expuse în ordine cronologică printre care trebuie menționate cele nouă autoportrete.

Multe dintre opere reprezintă munca la țară dar pot fi admirate deopotrivă interioare și mai ales celebrele flori, tablouri în care floarea soarelui încearcă să câștige un dram de simpatie în plus față de grațioasele ramuri de cais, simboluri ale unei frumuseți sufletești ale unui artist care trăiește peste veacuri.



Simboluri ale umanității

Laleaua

Împodobind grădinile și casele noastre primăvara, laleaua este un simbol al fericirii, sănătății, liniștii interioare, eleganței, căldurii sufletești. Fiind una dintre vestitoarele primăverii reprezintă în același timp renașterea, învierea și înnoirea vieții.

Originară din Persia a fost adusă în Turcia unde era simbolul „raiului pe pământ". Apoi erau considerate principale protectoare în bătălii și principal motiv ornamental. Imaginea acestei flori decora hainele sultanilor și armurile imperiale, devenind motiv principal în arta ceramică. Suleiman Magnificul a organizat și reglementat cultura lalelelor.

În Europa laleaua a pătruns când împăratul romano-german Ferdinand I a primit o colecție de bulbi de la sultanul Turciei. Acestea au fost aduse în Olanda de botanistul Charles de l'Eclese. Florile respective au devenit un lux, bulbii ajungând la prețuri exorbitante.

Se cunoaște situația în care pe un singur bulb s-a vândut o cafenea. Erau considerate o reală investiție dar destul de repede colecționarea lor a declanșat o criză economică și a fost nevoie de intervenția statului.

Astăzi, laleaua este considerată un simbol al Olandei și este răspândită în toată lumea.

Obeliscul lui Horea, Cloșca și Crișan

Ridicat în Alba Iulia, în fața celei de a treia porți a cetății Alba Carolina, Obeliscul lui Horea, Cloșca și Crișan este închinat memoriei conducătorilor răscoalei din 1784-1785. A fost inaugurat la 14 octombrie 1937 în prezența regelui Carol al II-lea al României și a lui Mihai voievod de Alba Iulia.

Operă a sculptorului Iosif Fekete și a arhitectului Octavian Mihăltan are o înălțime de 22,5 metri, este realizat din calcar de Banpotoc, oferit de societatea „Pietroasa" din Deva și este așezat pe un soclu de trahit. În interiorul acestuia se află o celulă simbolică cu inscripția „Smerită închinăciune lui Horea, Cloșca și Crișan".

Deasupra, partea de est este o Victorie înaripată ținând în mână o cunună de lauri iar în partea de vest un basorelief reprezentându-i pe cei trei luptători.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Jurăminte de iubire în sincron

Când finlandeza Savi Nukala a decis să-i propună iubitului ei să facă împreună mai multe fotografii într-un cadru romantic, s-a gândit că va fi o surpriză pentru acesta când avea să constate că era vorba despre o ședință foto în toată regula. Eveniment special pentru care a contactat un fotograf profesionist pe nume Miranda Anderson.

Propunerea tinerei a avut un ecou afectiv la fel de puternic asupra lui Sharath Reddy, iubitul ei, acesta gândindu-se și el la o surpriză pentru Savi, care să se adauge aceluiași context. Prin urmare, a luat și el legătura cu Miranda, dezvăluindu-i planul său: în timpul ședinței foto, avea să-i ceară iubitei să se căsătorească cu el.

Miranda avea experiență în privința unor astfel de evenimente unice în viața multora dintre clienții ei, astfel că știa ce moment anume ar fi fost potrivit pentru ca amândoi să întrebe, în același timp, dacă partenerul dorește să-și unească destinele. Așa că s-a asigurat că ar putea să facă să se întâmple totul exact la aceeași oră și să-i surprindă pe amândoi în fotografie.

„Eram complet șocată de faptul că ambii plănuiau să-și propună reciproc logodna, dar știam că trebuie să am un plan, astfel încât să nu... acționeze unul înaintea celuilalt" – a mărturisit Miranda. Pentru aceasta, le-a dat un indiciu: „Le-am trimis ambele mesaje separat și le-am spus că am nevoie de un semnal discret, pentru a surprinde exact momentul lor de surpriză."

Totul a mers ca după nenumărate repetiții și, îndată ce Savi și Sharath au spus da, și-au dat seama că Miranda a păstrat ambele secrete pentru ca momentul să se întâmple perfect. A apărut imediat și șampania, alături de care a „curs" mai departe și filmul.

„Eram îngrijorată că doar unul dintre ei avea să urmeze scenariul, dar, amândoi și-au amintit indiciile mele. Este un moment pe care nici eu nu-l voi uita niciodată. Plângeam în spatele aparatului când și-au adresat propunerea în același timp și am acționat rapid camera, așa că nu am pierdut nicio secundă", a mai declarat Miranda pentru presă. *(A.N.P.)*

Maimuțele melomane

Ca mai toate țările lumii nici Thailanda nu a scăpat de crizele sanitare și economice ale ultimului an. În această situație turismul a avut de suferit ca pretutindeni. Hotelurile erau goale și vizitatorii extrem de puțini.

Pe lângă oameni însă sufereau cumplit și micile maimuțe nemaintâlnind turiștii generoși care le dădeau de mâncare. De aceea deveniseră foarte agitate, chiar amenințătoare. Oamenii nu reușeau să le alunge și se temeau de reacțiile lor.

Cel care a detensionat situația a fost muzicianul englez Paul Barton. El s-a așezat la pian și a început să cânte. Imediat animalele s-au liniștit. Ascultau cu evlavie părând mari amatoare de Beethoven. Barton a repetat experimentul în fața unor elefanți. A cântat 10 ore și i s-a părut minunată atitudinea pachidermelor cuprinse parcă de extaz.

În ceea ce privește maimuțele care năvăliseră în oraș, au fost calmate în continuare folosindu-se înregistrări cu muzica lor preferată. *(I.S.)*

Londra, cabana din copac

Să poți locui pe malul Tamisei, chiar în inima capitalei Angliei, nu e tocmai la îndemâna oricui și mulți pretendenți la acest statut s-ar mulțumi cu o locuință modestă dintr-o clădire oarecare. Însă cine s-ar gândi să aibă o cabană chiar aici, și nu una obișnuită, ci trezind interesul localnicilor și al turiștilor printr-un gen de extravaganță destul de curioasă, dar plăcută privirii.

Pentru a se instala o astfel de locuință a fost nevoie de numai o săptămână. Ea nu prezintă nicidecum vreun specific arhitectural britanic, ci a fost inspirată dintr-un stil regăsit la mii de kilometri distanță, în Africa de Sud.

Poate că un aventurier celebru, precum năzdrăvanul Tom Saywer, „stabilit" în momente ale fascinantei sale copilării tot într-un copac, ar fi invidios pe această construcție. Nu însă și pe prețul ei, fiindcă vorbim despre o cabană de lux, care aparține unei renumite firme de turism britanice.

Se află suspendată la zece metri, între patru arbori viguroși, este compusă din două camere și un balcon spațios, al căror design special a fost semnat de un arhitect faimos.

Vederea exterioară include, evident, Tamisa și Catedrala Saint-Paul, dar interiorul nu are nimic din proverbiala umezeală londoneză, ci e deopotrivă modern și călduros, fiind decorat cu sculpturi în lemn africane. Insolitul spațiu oferă posibilitatea de a fi vizitat de turiștii aflați în trecere, însă doritorii pot petrece o noapte de neuitat printre crengi. Dacă își permit... *(A.N.P.)*

„Monstrul" din fața casei – produs de patiserie

Deseori, deși nu e nicidecum vorba despre binecunoscutele iluzii optice desenate pe asfalt de artiști specializați în astfel de „păcăleli vizuale", unele imagini din realitatea imediată ne pot înșela simțurile, aducându-ne chiar în pragul unor stări de panică, pur și simplu fiindcă în mintea noastră s-au făcut asocieri complexe deloc agreabile.

Într-o asemenea situație s-a aflat o femeie din orașul polonez Cracovia, care – mai multe zile de-a rândul – a observat, într-un copac din fața casei sale, o formă care a speriat-o cumplit după ce imaginația sa a asociat-o cu un fel de iguană ori cu alt animal ce i-ar fi putut face rău.

Doamna cea „terorizată" a pus mâna pe telefon, imediat ce și-a simțit pusă în pericol siguranța de către „monstrul" din copac, și a chemat salvatorii obligați, din păcate, să se confrunte și cu cele mai aberante închipuiri ale oricărui cetățean de bine. Astfel, când agenții s-au prezentat la fața locului, au reușit să prindă misterioasa creatură cu mâna. Și asta, pentru că animalul în cauză s-a dovedit a fi un croissant.

Pentru a mai îndulci cumva ridicolul cazului, a fost invocat ulterior motivul unei atitudini justificate din partea onorabilei doamne, sub motivul că „unii oameni sunt dispuși să scape de animale care le provoacă probleme sau îi plictisesc", lucru absolut real și regretabil.

Pe de altă parte, după încheierea intervenției, serviciul de ocrotire a animalelor fără stăpân, chemat și el la fața locului, nu a menționat ce s-a întâmplat ulterior... cu croissantul terorist. *(A.N.P.)*

Portofelul recuperat

Robert Kane dintr-un orășel din apropiere de Chicago își vânduse mașina pe 4.500 de dolari. Făcuse tranzacția pe bani lichizi și îi aranjase frumos în portofel. În drum spre casă s-a oprit la brutarul din colțul străzii de unde a cumpărat câteva chifle.

Ajuns acasă însă, a trăit o spaimă cumplită văzând că nu mai are portofelul. Știa că scosese bani din el la brutărie și era sigur că-l băgase în buzunar. A alergat la prăvălie cercetând atent drumul dar, spre marea lui dezamăgire portofelul nu era de găsit.

Era disperat cu atât mai mult cu cât în portofel se aflau și actele de vânzare a mașinii. După trei zile de zbucium însă a fost invitat la poliție unde i s-a înapoiat portofelul cu întregul conținut. Totul s-a datorat camerei de vederi instalată în brutărie. Aceasta a înregistrat clar cum portofelul îi cade lui Robert din buzunar și este culeș de o femeie care se afla în spatele lui. Ea a ieșit repede și a așteptat până când Robert s-a îndepărtat. A mers apoi acasă și vreme de trei zile nu a cheltuit niciun bănuț așteptând să vadă dacă cineva va reclama pierderea.

Când poliția i-a bătut la ușă a predat imediat portofelul susținând că aceasta a fost de la început intenția ei, că aștepta doar să vadă cui trebuie să-l restituie. Declarațiile ei sunt contrazise însă de imaginile de pe cameră în care se vede clar cum a luat portofelul de jos știind exact cui îi aparține. Intențiile ei au fost evidente și acum se află în ancheta poliției. (I.S.)

Doar cei mai adaptaţi supravieţuiesc, chiar şi în filme

Aluzia la celebra butadă a lui Darwin, pe care am făcut-o în titlu, nu este deloc întâmplătoare: există mii de situaţii dramatice, din care oamenii au reuşit să scape cu bine graţie capacităţii lor de adaptare, a curajului şi abilităţilor puse în valoare doar în acele momente de cumpănă.

Evident, asemenea situaţii nu puteau fi trecute cu vederea de producătorii de filme, căci peliculele despre supravieţuirea în condiţii extreme constituie un punct major de atracţie pentru cinefili. În rândurile ce urmează, ne-am propus să parcurgem câteva dintre cele mai reuşite filme cu şi despre supravieţuitori, toate inspirate din fapte reale.

Supravieţuitorii (1993)

Bazat pe bestsellerul omonim, scris de Piers Paul Read în 1974, acest film spune povestea zguduitoare a membrilor unei echipe de rugby din Uruguay, al căror avion se prăbuşeşte în Anzi.

Supravieţuitorii sunt salvaţi după săptămâni întregi de rătăciri prin munţi, în condiţii extrem de dificile. Abia mult după aceea, ei au recunoscut că, pentru a nu muri de foame, au fost nevoiţi să se hrănească din trupurile îngheţate ale camarazilor morţi în accident. Filmul, narat de John Malkovich şi regizat de Frank Marshall, a beneficiat de consilierea unuia dintre supravieţuitorii catastrofei, Nando Parrado.

Togo (2019)

Regizat de Eriscon Core, acest film îl are ca protagonist pe charismaticul

Willem Dafoe. El face unul dintre cele mai bune roluri ale sale, descriind aventura extraordinară a sportivului norvegian Leonhard Seppala, care în 1925 a participat la „cursa serului", o îndrăzneaţă încercare de a transporta vaccinuri antidifterice către un oraş din Alaska unde o epidemie de difterie făcea ravagii.

Alături de câinii săi înhămaţi la sanie (printre care şi un neînfricat husky, Togo, care dă şi numele filmului), Seppala a parcurs peste 1.000 km prin pustiul îngheţat, reuşind până la urmă să aducă serul salvator localnicilor.

12 ani de sclavie (2013)

O altă peliculă impresionantă, inspirată dintr-o carte de memorii: cea scrisă în 1853 de Solomon Northup, un om de culoare liber din statul New York, care

este răpit şi vândut ca sclav în Sudul SUA. Filmul, avându-l în rolul principal pe Chiwetel Ejiofor, a fost turnat chiar în locaţiile reale unde au avut loc întâmplările descrise, mai precis pe pământurile plantaţiei în care Northup a fost ţinut sclav.

Cu un buget de 22 de milioane, el a adus încasări de aproape 190 milioane şi a fost nominalizat de nouă ori la Oscar, reuşind să câştige trei premii – pentru cel mai bun film, cel mai bun scenariu adaptat şi cea mai bună actriţă în rol secundar.

Când totul e pierdut (2013)

Cu un Robert Redford trecut binişor de prima tinereţe, dar la fel de talentat şi de energic ca întotdeauna, filmul spune povestea adevărată a unui navigator amator, care rămâne sechestrat în mijlocul Oceanului Indian după ce mica lui ambarcaţiune este avariată în urma coliziunii cu o navă cargo.

Redford este singurul personaj al filmului şi rosteşte în total doar 51 de cuvinte. Dar gesturile, mimicile şi privirile

sale spun povestea dramei trăite în cel mai mişcător mod cu putinţă. De altfel, Redford a câştigat pentru acest rol premiul criticilor de film din New York pentru cel mai bun actor.

Peştera (2019)

Mai puţin cunoscut în lumea occidentală, dar remarcabil prin forţa trăirilor actoriceşti, această dramă realizată în Thailanda spune povestea adevărată a salvării celor doisprezece membri ai unei echipe de fotbal de juniori şi a antrenorului lor, blocaţi într-o peşteră thailandeză de o viitură neaşteptată, în 2018.

Ei au fost salvaţi de o echipă internaţională de scafandri şi speologi – de altfel în film este prezent şi unul dintre cei mai redutabili scufundători în peşteri, Jim Warny, liderul echipei care a desfăşurat misiunea reală de salvare.

Furtuna perfectă (2000)

Inspirată de cartea non-fiction cu acelaşi titlu de Sebastian Junger, pelicula spune povestea vasului de pescuit Andrea

Gail, surprins în 1991 de ceea ce a fost numită „furtuna secolului".

Filmul îi are în rolurile principale pe George Clooney şi Mark Wahlberg şi, deşi nu a reuşit să atragă atenţia criticilor, a cucerit în schimb inimile spectatorilor, aducând profituri de 328 de milioane de dolari producătorilor.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Alexandru Conovaru

Născut la Bucureşti, pe 1 februarie 1979, Alexandru Conovaru a absolvit Facultatea de Actorie a Universităţii Ecologice, la clasa unei mari doamne a teatrului şi filmului românesc, Margareta Pogonat.

La începutul carierei s-a făcut cunoscut ca un simpatic prezentator de emisiuni pentru copii, la Televiziunea Română, după care a cochetat cu televiziunea în calitate de producător al emisiunilor „Lanţul slăbiciunilor", „Moş Crăciun există", „Câştigi fără să ştii", dar şi ca prezentator al Matinalului la B1TV sau co-prezentator al îndrăgitei emisiuni „Iartă-mă", de la Televiziunea Română.

Marea lui pasiune rămâne teatrul, evoluând până acum la Teatrul Bulandra şi Teatrul de Comedie. Deşi prin structură şi vocaţie actor de comedie, Alexandru Conovaru poate aborda, cu la fel de mult succes, şi roluri dramatice, talentul său polivalent impunându-l şi în acestea.

De-a lungul timpului a evoluat sub bagheta multor regizori de renume, ca Liviu Ciulei, Andrei Şerban, Felix Alexa, Horaţiu Mălăele, Chris Simion-Mercurian, Lucian Giurchescu, în piese precum „Hamlet", „Regele Lear", „Revizorul", „Al doilea soldat", „Fata de mătase artificială", „Doamne, ce măcel", „Învaţă-mă, te rog, Celine!", „Un cuplu ciudat", „Cum am învăţat să conduc", „La vita e Bella", „20 de minute cu îngerul", „Mult zgomot pentru nimic" etc.

De asemenea, şi-a exersat talentul şi în filme, în producţii precum „Neînvinsă-i dragostea" (1993), „Regăsire" (1998), „Trei fraţi de belea" (2006), „4 luni, 3 săptămâni şi 2 zile" (2007) şi „Amintiri din epoca de aur" (2007), fiind unul dintre actorii preferaţi ai regizorului Cristian Mungiu. Din 2005 şi până în prezent este şi asistent universitar la clasa de actorie a profesoarei Margareta Pogonat, la Universitatea Spiru Haret.

Colţul cu litere

Unde poate fi găsit Paradisul

La noile apariţii pe anul 2021, editura *Humanitas Fiction* a adăugat de curând, în colecţia *Raftul Denisei*, romanul scriitorului peruan Mario Vargas Llosa, *Paradisul de după colţ* (traducere şi note de Mariana Sipoş).

Pe scurt, extrag din prezentarea editurii, acţiunea romanului se concentrează pe două vieţi: „Flora Tristán, care se dă de ceasul morţii în lupta ei pentru drepturile femeii şi muncitorilor, şi Paul Gauguin, cel care îşi descoperă pasiunea pentru pictură şi lasă baltă existenţa burgheză ca să trăiască în Tahiti, unde caută o lume încă necontaminată de convenţiile occidentale. Două concepţii despre sex: cea a Florei, care vede în el doar un instrument de dominare masculină şi alunecă ocazional într-o experienţă lesbiană, şi cea a lui Gauguin, care îl simte ca pe o forţă vitală esenţială, o dată chiar la nivel homosexual, de vreme ce ajută la expansiunea creativităţii sale". Dar există şi ceva în comun la aceste două vieţi, dincolo de relaţia de familie, pentru că Flora este bunica pe linie maternă a lui Gauguin.

„În Paradisul de după colţ, Mario Vargas Llosa ilustrează prin două cronici paralele lumea utopiilor din secolul al XIX-lea, relatând amănunţit aspiraţia paradiziacă a celor doi eroi şi decăderea lor, inevitabilă, când o idee ajunge să fie aplicată mecanic", mai aflăm din prezentarea amintită.

Pentru cei care nu s-au întâlnit cu opera acestui scriitor, iată câteva date bio-bibliografice: Mario Vargas Llosa s-a născut în 1936 la Arequipa, în Peru, şi a copilărit în Bolivia împreună cu mama şi bunicii materni. Se va întoarce în Peru şi între 1950 şi 1952 urmează cursurile unei şcoli militare din Lima – experienţă descrisă în primul său roman, *Oraşul şi câinii*. În 1955 se căsătoreşte cu o mătuşă, Julia Urquidi, provocând un mare scandal în familie, şi divorţează de ea în 1964, pentru ca, un an mai târziu, să se însoare cu verişoara lui, Patricia. A lucrat ca profesor de spaniolă şi jurnalist. Călătoreşte, predă la universităţi din America şi Europa, devine scriitor celebru prin forţa epică, luciditatea şi ironia sa. În anul 2010, Academia Suedeză i-a acordat lui Mario Vargas Llosa Premiul Nobel pentru literatură.

Mario Vargas Llosa este şi un scriitor foarte tradus în limba română, atât la editura *Humanitas*, cât şi la *Humanitas Fiction*.

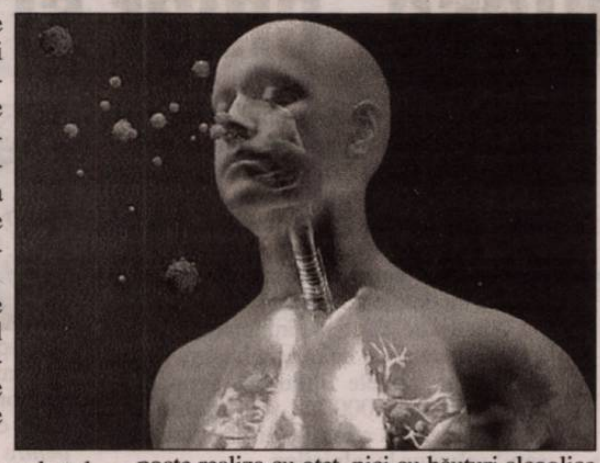
La Editura Humanitas au apărut de-a lungul anilor: *Oraşul şi câinii* (1992), *Povestaşul* (1992), *Mătuşa Julia şi condeierul* (2000), *Cine l-a ucis pe Palomino Molero?* (2003), *Elogiu mamei vitrege* (2003), *Scrisori către un tânăr romancier* (2003), *Paradisul de după colţ* (2004), *Adevărul minciunilor* (2005), *Lituma în Anzi* (2005), *Peştele în apă* (2005), *Tentaţia imposibilului* (2005), *Caietele lui don Rigoberto* (2006), *Casa Verde* (2006), *Chipuri ale răului în lumea de astăzi*, *Rătăcirile fetei nesăbuite* (2007), *Pantaleón şi vizitatoarele* (2008), *Băieţii şi alte povestiri* (2009), *Visul celtului* (2011), *Călătoria către ficţiune* (2012), *O mie şi una de nopţi* (2013), *Orgia perpetuă. Flaubert şi Doamna Bovary* (2013), *Arme şi utopii* (2013), *Eroul discret* (2013), *Conversaţie la Catedrala* (2014), *Sărbătoarea ţapului* (2014), *Războiul sfârşitului lumii* (2015), *Civilizaţia spectacolului* (2016).

După 2016, la *Humanitas Fiction* au apărut noi ediţii ale unor romane publicate deja de *Humanitas*, ultima fiind romanul *Paradisul de după colţ*.

GEORGE CUŞNARENCU

Ce trebuie ştiut despre un virus

Indiferent de contextul sanitar mai mult sau mai puţin extins, orice persoană ar trebui să cunoască o serie de lucruri elementare despre virus – un element care nu este strict specific unei boli sau alteia, ci poate fi prezent în foarte multe patologii.



Aşadar:

- Virusul nu este un organism viu, ci o moleculă proteică (ADN) acoperită de un strat de lipide (grăsimi) care, atunci când este absorbit de celulele mucoasei oculare, nazale sau bucale, îşi schimbă codul genetic (suferă o mutaţie) şi se transformă în aşa-numite celule agresor şi multiplicator.
- Nefiind un organism viu, virusul nu este ucis, ci se descompune de la sine. Prin urmare, NU antibioticele îl fac să dispară. Timpul de dezintegrare depinde de temperatură, umiditate şi de tipul de material în care se află.

- Virusul este fragil; singurul lucru care îl protejează este un strat subţire de grăsime, motiv pentru care orice săpun sau detergent este cel mai bun remediu, deoarece spuma dizolvă grăsimea (de aceea trebuie frecate mâinile timp de 20 de secunde sau mai mult, pentru a se forma multă spumă). Prin dizolvarea stratului de grăsime, molecula de proteină se dispersează şi se descompune singură.
- Căldura topeşte grăsimea. Se recomandă aşadar spălatul cu apă peste 25ºC al mâinilor, hainelor etc. Totodată, apa caldă face mai multă spumă, ceea ce o face mai utilă.
- Alcoolul sau orice amestec cu alcool de peste 65% dizolvă toate grăsimile, în special stratul lipidic extern al virusului. În mod oarecum similar, orice amestec cu o parte de înălbitor şi 5 părţi de apă dizolvă direct proteina, din interior. Mai departe, apa oxigenată ajută mult după săpun, alcool şi clor, deoarece peroxidul dizolvă proteina virusului, dar trebuie utilizată cea pură, care poate afecta pielea.
- Lumina UV pe orice obiect care o conţine descompune proteina virusului (e foarte potrivită pentru dezinfectarea unei măşti). Pe de altă parte, descompune colagenul la nivelul pielii, provocând riduri şi cancer de piele.
- Virusul nu poate trece prin pielea sănătoasă. Distrugerea acestuia nu se poate realiza cu oţet, nici cu băuturi alcoolice tari (ţuică, vodcă, palincă), deoarece acestea au cel mult 40% alcool şi este nevoie de 65%. În schimb, este potrivită listerina (65% alcool pur).
- Moleculele de virus rămân stabile la frig extern sau artificial (aer condiţionat) în interiorul clădirilor şi în maşini. De asemenea, au nevoie de umiditate şi de întuneric pentru a rămâne stabile. Prin urmare, un mediu cald, uscat şi luminos îl poate dezintegra. Concentraţia ridicată a virusului poate fi eliminată mai uşor din spaţiile largi, deschise, ventilate natural.
- Pentru igiena individuală se recomandă: ● spălatul mâinilor cu apă şi săpun cât mai des; ● hidratarea mâinilor uscate, deoarece virusul se poate ascunde în microfisurile rezultate în pielea uscată; ● tăierea unghiilor imediat ce cresc, astfel încât virusul să nu se ascundă sub ele; ● îmbrăcămintea, cearceafurile şi alte materiale folosite sau neutilizate nu se scutură şi nu se agită.

Fumătorii îmbătrânesc prematur

Fumatul este cauza mortalităţii cu cele mai mari şanse de prevenire, însă în mod paradoxal ucide anual peste 3 milioane de indivizi la nivel global. Statistici şi mai sumbre preconizează că numărul victimelor poate ajunge la 8,4 milioane.

În plus, conform Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii, acest viciu scurtează durata de viaţă cu o medie de 7 ani. Pe lângă asocierea cu numeroase boli şi afecţiuni, inclusiv cu anumite forme de cancer, s-a dovedit că fumatul este responsabil şi de o accelerare a procesului de îmbătrânire.

Fumul de ţigară conţine peste 4.000 de substanţe chimice care afectează organismul la nivel molecular şi celular, deteriorând şi îmbătrânind în timp numeroase organe.

Îmbătrânirea prematură a pielii şi apariţia ridurilor sunt probabil cele mai vizibile efecte ale fumatului. Un studiu realizat de cercetători de la Universitatea din California a arătat că femeile fumătoare sunt de trei ori mai predispuse la apariţia ridurilor decât cele nefumătoare, în timp ce la bărbaţi riscul creşte de două ori mai mult.

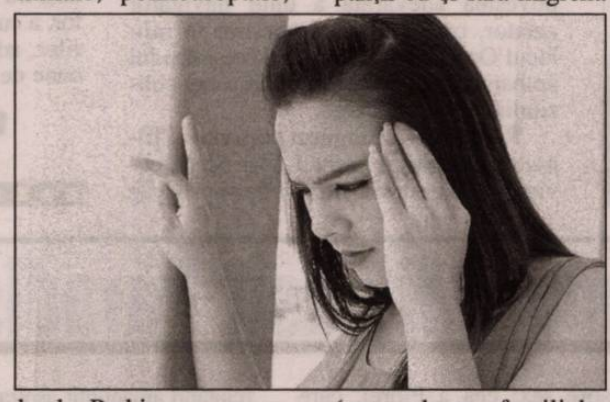
Îmbătrânirea este un proces complex, ale cărui mecanisme sunt încă studiate de specialişti. Deşi nu este deocamdată în totalitate înţeleasă, cert este că putem contribui la accelerarea îmbătrânirii şi/sau la instalarea ei prematură, dacă nu renunţăm la câteva obiceiuri nocive precum cele prezentate mai sus.

Migrena şi factorii de risc

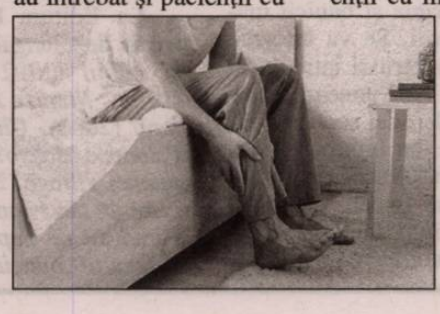
Un număr considerabil de mare de persoane care au migrenă s-a dovedit că suferă de sindromul picioarelor neliniştite, în comparaţie cu grupul de control, în cadrul unui studiu publicat în revista italiană Neurological Sciences.

Şi nu doar atât: pacienţii cu migrenă pot prezenta o prevalenţă mai mare a sindromului picioarelor neliniştite, dar şi a fibromialgiei şi a simptomelor depresive, comparativ cu persoanele care nu se confruntă cu migrene, potrivit unui studiu publicat în Neurological Sciences.

Pacienţii au fost întrebaţi dacă au primit tratament pentru afecţiunile lor, iar autorii studiului au întrebat şi pacienţii cu privire la factorii de risc relevanţi asociaţi cu sindromul picioarelor neliniştite, fibromialgie şi depresie sau anxietate (de exemplu, antecedente familiale, polineuropatie, boala Parkinson, consumul de cofeină).



Un procent mai mare de pacienţi din grupul cu migrenă s-a dovedit a avea sindromul picioarelor neliniştite comparativ cu grupul de control (33% faţă de 9,5%). Sindromul picioarelor neliniştite a fost mai frecvent la pacienţii cu migrenă cu aură comparativ cu migrenă simplă. Totodată, s-au stabilit şi următorii parametri, care ar trebui să fie cunoscuţi şi de cei diagnosticaţi, astfel:

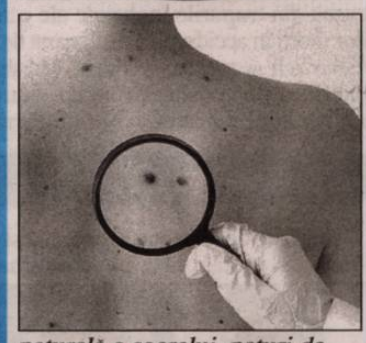


- Prevalenţa unui istoric familial de sindrom de picioare neliniştite, precum şi a altor factori de risc pentru boală au fost comparabile la participanţii cu şi fără migrenă (antecedente familiale: 24,2% faţă de 21,1%);
- Frecvenţa fibromialgiei a fost mai mare la pacienţii cu migrenă, comparativ cu cei fără migrenă (61% faţă de 10%);
- Mai mulţi pacienţi din grupul cu migrenă au raportat simptome depresive şi de anxietate, comparativ cu martorii din grupul fără migrenă (simptome depresive: 39% vs 13,5%; simptome de anxietate: 33,83% vs 23,93 %);
- Pacienţii cu sindrom de picioare neliniştite cu şi fără migrenă au avut scoruri sensibil asemănătoare (36,23% faţă de 32,80%).

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Nevii displazici



Aluniţele atipice, cunoscute şi sub numele de nevi displazici, sunt renumite pentru a creşte riscul anumitor tipuri de cancer de piele, şi anume melanoamele. Aceste tipuri de cancer devin din ce în ce mai frecvente în întreaga lume şi reprezintă în prezent 4% din cancerele de piele. Nevii displazici sunt responsabili pentru decesul a 8 din 10 persoane cu o afecţiune malignă cutanată.

Depistarea timpurie a melanomului este esenţială pentru a contribui la obţinerea unei remisii, motiv pentru care trebuie identificaţi factorii de risc şi trebuie instituită supravegherea atunci când aceşti factori sunt prezenţi. Rata de supravieţuire la 5 ani este de aproximativ 95% în melanoamele din stadiul 1, însă doar aproximativ 15% în stadiul 4.

Este necesară protecţia pielii împotriva problemelor provocate prin arsuri solare şi bronzare (fie prin lumina naturală a soarelui, paturi de bronzare sau folosirea lămpilor solare). Evaluarea regulată a pielii trebuie recomandată şi pacientului. Utilizarea fotografiilor cu nevi identificate mai devreme va ajuta la detectarea modificărilor anterioare. Majoritatea sunt inocente, dar dacă există modificări suspecte, biopsia de excizie este obligatorie, de obicei cu o marjă de 2 mm.

Excizia profilactică a tuturor nevilor nu este necesară sau nu e recomandată, din mai multe motive. În primul rând, foarte puţini nevi displazici se transformă de fapt în melanoame, ceea ce face ca eliminarea tuturor nevilor să fie inutilă.

Mai mult, este imposibil să se prezică exact care dintre nevi vor progresa, în afară de faptul că melanoamele apar adesea pentru prima dată, într-un fel de sine stătător, mai degrabă decât din nevi. Îndepărtarea tuturor nevilor displazici ar putea dăuna prin promovarea unui fals sentiment că riscul lor a scăzut acum, făcându-i mai puţin atenţi să vină pentru screening regulat.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU